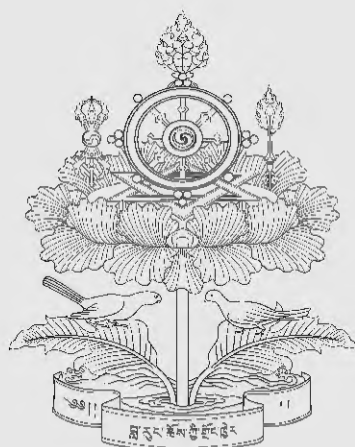


༡༡། མིང་པ་འབྲུལ་གྱི་ཏུ་ཐིག་གི་དབྱང་  
དོན་སྣང་གསལ་སྒྲོན་མེ་  
བཞུགས་སོ།།

སྒྲུབ།



ལྷ་གུན་མཁའ་མི་ལམ་རྒྱ་མཆོས་མཛད།



財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕྱག་འདེའདྲི་ཚེས་སྟེན་དུ་འབྲུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོང་བརྒྱུ་རམི་ཚོགས་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ།



༄༅། །ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་ཀྱུ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།








པོད་ཉེར་ལྔ་པའི་

དཀར་ཆས།

༥ རྒྱུད་པ་འབུལ་གྱི་ཏུ་ཐིག་སྒྲུང་ཆ།	༡
༥ རྣོ་མཐོང་མོ་ལྟའི་ཀྱལ་པོ།	༤༤
༥ རྒྱུད་ཀྱི་ར་ཟབ་མོ།	༤༨
༥ མོ་བདར་བསྐྱུས་པ།	༤༩
༥ བཀའ་སྒྲུང་གི་མཆོད་ཐབས།	༥༧
༥ སུ་མེར་སུ་ག་ཤེན་རྣོ་མཐོང་གི་སྒྲུབ་པ།	༥༨
༥ སུ་མེར་སྒྲུབ་པའི་གནད་ཡིག་	༥༩
༥ འཁོར་ལོའི་གནད་ཡིག་	༦༠



༥ དེ་ནི་སོ་བྲག་དབྱེ་བ་ལ། །སོ་བྲག་བག་གི་རིགས་ལས་བཙུལ། །བག་  
མེད་ན་སོ་ཡིས་བཀྲུག་མི་ཤེས། །སྒྲིན་དེར་སོས་བཀྲུག་སོ་ཡོན་ཡིན། །བག་  
གི་བྱ་ཡུན་དག་ལ་ནི། །སོས་བཀྲུག་བཡི་རྣམ་གྲངས་ནི། ~~སྒྲིན་སོ་ལ་སྒྱུ་~~  
སྒྱུ་གཅིག་དང་ནི། །སྒྱུ་གསུམ་འཇུས་ནས་སྒྱུ་གསུམ་ནང་། །སྒྱུ་གྲུ་བསྒྲོན་  
བར་སྒྱུར་བ་ནི། །རྒྱུ་གི་གཏིང་བཤལ་དག་ཡིན་སྟེ། །སྒྱུ་གསུམ་མགོ་མཇུག་  
བསྒྲོག་ན་རྒྱུང་ལག་བཤལ། །གལ་བར་སྒྱུར་མ་ལག་བཤལ་བྲག་གྲང་ཟེར། །  
གཉིས་ཀར་ཟིན་ན་རྒྱུང་ལ་སྒྱུར། །དེ་ནི་རྒྱུང་གི་དབྱེ་བར་གཏོགས། །བྱ་བུར་  
སོས་བཀྲུག་སོ་རྒྱུང་ཡིན། །མགོ་མཇུག་བསྒྲོག་ན་རྩི་ཡུང་ཡིན། །གཉིས་ཀར་  
ཟིན་ན་སོ་ལ་སྒྱུར། ~~སྒྲིན་~~ འཁོར་བ་སྒྲིང་བཞིར་སོས་བཀྲུག་པ། །མགོ་  
མཇུག་བསྒྲོག་དང་གཉིས་སྒྲིགས་སོགས། །དབྱེ་བ་ཡོད་ཀྱང་དབྱེད་མ་རྟོགས། །  
དེ་བཞིན་གསུང་བྱུང་བྱ་བུར་གྱུང། །བག་སྐྱུས་གཞུང་ལ་སོས་བཀྲུག་པ། །  
སོ་ཡོན་བ་ཤོ་ཐང་ཡོ་བྲག་ །དོན་ལ་སྒྱུ་ས་ཤོར་སྒྱུང་ཡིན། ~~སྒྲིན་~~ སྒྱུ་གྲུ་  
གཉིས་ཀ་སོས་བཀྲུག་པ། །གལ་བར་སྒྱུར་མ་ལ་རྒྱ་བྲག་ །སོ་ཡོན་མདུད་རྩེ་  
རུ་སྒྱུར་བྲག་གྲང་ཟེར། །གཅིག་ལ་ཤ་བ་གཏོས་བྱེད་བཟང་། །བརྒྱུད་ལ་བརྟེ་  
ནད་པ་བཟང་། །དེ་ཡི་སྒྱུ་གྲུ་གཅིག་དང་ནི། །གཉིས་པོ་སྒྱུ་གསུམ་བཙུལ་  
བསྒྲོན་བའི། །དབྱེ་བ་གཞན་གཉིས་དབྱེད་མ་རྟོགས། །བག་མཚོའི་སྒྱུ་གསུམ་  
སོས་བཀྲུག་ན། ~~སྒྲིན་~~ མཚོ་རྒྱ་ཡ་མཇུག་བཤལ་བྲག་ །གལ་བར་སྒྱུ་ལ་  
ར་བྲག་གྲང་ཟེར། །སོ་ཡོན་ངར་སོ་རང་བྲག་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་རྩ་མ་དག་

ལ་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་རྟ་དེལ་ནད་པ་སོས། །བརྒྱ་གཅིག་དྲུང་ཁ་གཅོད་ན་  
བཟང་། །འདི་ལ་བརྒྱ་གཅིག་བཅས་པ་ན། །སོ་ཡོན་ཁ་རྩམ་འབྲུག་ཅེ་ཟེར། །  
 ལྷ་གུའི་སྒྲེ་ནས་སོས་བཀྲུག་ན། །གལ་པར་སྤང་མ་ལག་ཆག་བྲག།  
མ་ཆོ་མཐུར་བཟུང་བྲག་ཀྱང་ཟེར། །སོ་ཡོན་སྤང་ན་སྤུན་ཅེ་བྲག་ །སྤོ་བར་  
འོང་བུ་བུ་གཅིག་བྲག་ །བརྒྱ་གཅིག་འདོད་སྒྲུག་དག་ལ་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་  
སྒྲུག་ས་ནད་གཅོད་ལ་བཟང་། །བརྒྱ་གཉིས་ནད་པ་འཆོ་འཆི་འབྱེད་ན་བཟང་། །  
བརྒྱ་གསུམ་དྲུང་ཁ་གཅོད་ན་བཟང་། །  ལྷ་མའི་བརྒྱ་གསུམ་དང་  
བཅས་ཟེན། །གལ་པར་སྤང་མ་མཐུར་འགྲུག་བྲག།  ལྷ་གུ་བར་མར་  
སོས་བཀྲུག་པ། །གལ་པར་སྤང་མ་སྒྲིད་ཆིངས་བྲག།  གསུམ་ཀ་སོ་  
ཡིས་ཟེན་གྱུར་ན། །བྱ་རལ་ངོ་བོ་རྒྱང་ཆེ་བྲག་ །གལ་པར་སྤང་བུ་སྤང་མདའ་  
ནན། །བརྒྱ་གཅིག་ཡི་ཆད་སྒྲན་ལ་བུ་གསུམ་སྒྲེ། །བརྒྱད་ལ་སྤྱད་མེད་ནད་པ་  
སོས། །གཅིག་ལ་ཡ་མ་ནག་པོ་བདེ། །བརྒྱ་གཅིག་ནག་བཅོན་དོང་ནས་ཐར། །  
གཞན་ཡང་སྤྱག་སྤྱ་གཉིས་ཟེན་དང་། །དབུས་མ་གྲུ་གསུམ་གཉིས་ཟེན་པའི།  
བཤད་པ་དག་ནི་མ་རྟེན་དོ། །དེ་ནས་བག་སྐྱེར་ཐང་ལེ་ལ། །གྲུ་གསུམ་སོས་  
བཀྲུག་གྱུར་པ་འདི།  སྐྱེར་ནག་འཐོམ་པ་མགོ་འཁོར་ཡིན། །བཤད་  
པ་སྐྱེར་གྱི་སྐྱབས་སུ་བརྟན།  དེའི་སྐྱེར་ལ་སོ་ཡིས་བཀྲུག་པ་ནི། །  
སྐྱེར་ནག་མཐུར་བཟུང་བྲག་ཅེས་བྲ། །ནལ་ངོ་གང་བབ་མི་དྲུང་ཡིན། །  
 དེ་ཡི་གྲུ་གསུམ་སྒྲེ་གཉིས་ཀར། །སོས་བཀྲུག་སྐྱེར་དམར་ལྷོ་སྐྱེར་

སྒྲུག་ཅེ་བྲག་ ཁད་ཀྱི་ཆར་པ་བབས་དོ་ཡིན། རིམས་ནད་རྒྱུད་ལྷུང་འཕྱུག་  
 དོ་ཡིན། སྒྱུར་བྲག་རལ་སྒེ་ཤི་དོ་ཡིན། བསེ་བྱ་མོ་ཡི་གི་བརྩོ་ཆེ། བཅུ་  
 གཉིས་སྟེང་དུ་བབ་ན་ཡིན། སྒྱུར་ནག་ལུ་ཆ་བྲག་ཀྱང་ཟེར། བྱང་གི་ཐང་  
 ཤིང་ཉག་གཅིག་ན། བཅ་དགའ་ལུ་བལྟོག་དག་ཐོགས་པའི་དོ། བཅུ་ན་  
 བས་བྱས་པའི་ནལ་དོ་ཡིན། ~~ཡེ་ལྷོ་ཡི་གྲུ་གསུམ་བརྒྱུག་གཅིག་ན།~~  
 སྒྱུར་ནག་པ་མེན་གྱི་མིག་བརྒྱུག སྒྱུར་བརྒྱུག་སྒྱུར་ནག་གི་སྟེ་ཤོམ་ལུ་བརྒྱུག།  
 བཀྲ་ཤིས་མི་ཙུ་རྩེ་བརྒྱུད་བྲག། ~~ཡེ་ལྷོ་ཡི་གྲུ་གསུམ་བརྒྱུག་གཅིག་ན།~~ ཐང་ལེ་མགོན་ལུ་བྲག་བར་གྱི།  
 དབུས་ཀྱི་ལུ་གྲུ་ལྷོ་མོ་ཡིས་བཀྲུག སྒྱུར་ནག་ལུ་མོ་དགུ་བྲུམ་བྲག རང་སྟེ་  
 གཅིག་ལ་ལུ་མོ་གཉིས་ཟེན་ཡིན། ཆེན་ཆུན་བྱི་པོ་སྒྱི་དམར་ཆོལ། སྒྱུར་  
 བྲག་པ་ཤ་ལག་བྲག་འདི། སོ་བྲག་བྲག་ཤོག་རིང་མོ་འད་ཟེར། ལེར་མ་  
 ལུར་ལུ་རུ་རིང་ཡིན། རེ་འབྲམས་བརྟེན་པའི་རི་དེ་ཡིན། རྒྱུང་རིགས་རྣམས་  
 ཀྱི་གྲོལ་ལུག་ཡིན། བཅུ་གཅིག་ནད་པ་མི་འཆི་རུས། བཅུ་གསུམ་ལ་རབས་  
 ཆེ་རིང་རུས། ~~ཡེ་ལྷོ་ཡི་གྲུ་གསུམ་བརྒྱུག་གཅིག་ན།~~ དེ་ཡི་སྒྱུར་ལ་ཟེན་པ་ན། སྒྱུར་ནག་པ་མེན་ལག་  
 ཆ་བྲག་ སོ་ཡོན་འདན་ལུ་སྒྲུ་རིང་ཟེར། དུག་སྒྲུལ་ནག་པོ་མི་ཟན་ཡིན། །  
 ཐལ་མོའི་བར་དུ་སྒྲུང་ལུ་བཅར། མི་ཉེས་མེད་སྒྱུན་ལ་གཏོད་དོ་ཡིན། མཛོ་  
 སྒྲུལ་རབ་ལ་ཤོར་དོ་ཡིན། བཅུ་གཅིག་སྒྲུམ་མ་དག་ལ་དན། བརྒྱུད་ལ་ལམ་  
 སྒྲུག་བྱེད་ན་བཟང་། བཅུ་གསུམ་ཁ་མཆུ་ཚོད་ན་བཟང་། འདི་སྒྱུར་ནག་  
 གཡལ་གློད་གཅིག་སྒྱུས་བྲག་ བྱང་གི་གཡལ་གློད་ན་ལ་ཆགས། ~~ཡེ་ལྷོ་ཡི་གྲུ་གསུམ་བརྒྱུག་གཅིག་ན།~~

དེ་ཡི་གསུམ་ཀར་སོས་བཀུག་ན། རྒྱུར་ནག་བ་མེན་ཅི་ཐུན་བྲག། རྒྱུར་གི་  
འཛོལ་ལ་བསང་པའི་ངོ། །དག་འཐབ་པའི་བར་དུ་འགྱུར་མེད་བྲག། ཡང་  
ན་རྒྱུར་ནག་ཐུང་མ་བཞི་ཐུན་བྲག། མི་རྟ་བྱི་གསུམ་དུས་གཅིག་འཛི། ལྷག་  
བར་བྱིམ་ཕུ་དག་ལ་ངན། །དེ་ཡི་རྒྱུར་གཉིས་ཟིན་པ་དང་། རྒྱུར་དང་ཐུག་  
གཉིས་ཟིན་པའི། །བཤད་པ་མ་དབེ་མ་རྟེན་དོ། །ཅེ་ར་སོ་ཡིས་བཀུག་པ་  
ལས། སོ་བྲག་འབྱུང་ཚུལ་སྐབས་འདིར་བཤད། རྒྱུར་དཀར་གོང་ཅེ་དུན་  
དུན་གྱི། ~~ཐུག་ཡོད་ངོས་སུ་མ་ལ་ཟིན།~~ རྒྱུར་ཅེ་ར་ཐུང་མ་ཅི་མཐུན་  
བྲག། རྒྱུར་ནག་འཕྱོན་པ་རྩ་བ་བྲག་ཀྱང་ཟེར། །བཅུ་གཅིག་ནད་པ་ཁོང་ཅ་  
བདེ། །བརྒྱད་ལ་རྟ་ནད་ཅན་ལ་བཟང་། །བཅུ་ལ་སྤིང་མོ་བག་རྩོང་བཟང་། །  
གཅིག་ལ་སྤིང་སོས་པའི་མོ། །བཅུ་གསུམ་དུར་མོ་དག་ལ་བཟང་། རྒྱུར་མ་  
ཐུང་མ་བ་དགྲ་བྲག། བྲག་གི་ད་ཐུར་སྒོ་མཁྱེས་པའི་ངོ། །~~ཐུག་ཡོད་~~ ཐུག་ཡོད་  
ནད་དུ་སོ་ཡིས་ཟིན། ཅེ་ར་ཐུང་མ་མགོ་བདུམ་བྲག། ཅེ་ར་ཡོར་བོ་མགོ་  
བདུམ་འང་ཟེར། རྒྱུར་གྱི་གོང་ཆེ་དྲིང་ལོག་ཟེར། སྤོན་སྤོན་སྐས་ཡེ་ལྷ་དུང་  
སྤོང་དང་། །ངམ་ཟ་བསེ་འདབ་དམར་མོ་གཉིས། །འདོད་པའི་དབང་གིས་  
ཞེ་མཐུན་བྲག། །ངམ་ཟས་སྤྱིང་གཏམ་བྲས་སོ་ཞེས། །ལེ་ལན་ངམ་རྩེ་རྩེ་ལ་  
བོ་དེས། སྤོན་སྐས་ཅེ་རྟོག་ནམ་ལ་བདག་སྐྱོ། །རྒྱང་པ་ས་ལ་བཤལ་བ་བྲག། །  
ངམ་མི་བསེ་ཐུབ་འབར་བ་དེས། སྤོག་གིས་རལ་གྱིས་མགོ་ལུས་བྲེས། །  
བསྐལ་བ་དེ་ཡི་མོ་མདུད་ཡིན། །གཅིག་གི་ཅེ་ར་མགོ་བདུམ་ན། །ཤར་སྤོག་ས་

ཡོད་རིད་ལ་དཀར་དེ། །བྱ་བྱུང་བྱུང་དཀར་མོའི་ཁོང་ཅད་དེ། །གྲིབ་བྱ་ཐོ་རོག་  
 བག་པོས་བཅད། །སྦྱིས་ཐོ་བོ་གྲི་ཁར་འཆིང་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་པ་  
 ལ། །རྟ་ནད་སྦྱོང་དང་ཁྲ་བཅོས་བཟང་། །གཉིས་འདྲེ་བྱ་སྤྲེག་པའི་མགོ་བོ་  
 དེ། །རླང་ཁྲ་རྟོར་པས་བཅད་པ་ཡིན། །དག་མི་བྱུན་གྱིས་སོད་པའི་ངོ་། །  
 ཡང་ན་ཁུ་བྱུག་འོལ་བས་བསད། །བྲན་གྱིས་རྩེ་བསད་བྲན་སྤྲེག་ཆད། །  
 གསུམ་སྤྲིབ་གྱི་བྲེའུ་གུ་མདའ་སྦྱོ་ལ། །གཡུ་བྱ་ཁུ་བྱུག་མགོ་བོ་དེ། །ཁྲ་ཡི་ཅོ་  
 སྦྱོན་མོས་བཅད་པ་ཡིན། །ཕ་ཡི་མགོ་བོ་བྲུ་མོས་བཅད། །བཞི་ཉ་ཆེན་ཡོར་  
 མོའི་མགོ་བོ་དེ། །སྤྲུམ་ཆེན་གོང་རྒྱུག་དག་གིས་བཅད། །མནའ་མ་གྲོས་པོས་  
 བསད་པའི་ངོ་། །ལྷ་སྤྲིན་བྱ་ལྷག་པའི་མགོ་བོ་དེ། །རླང་ཁྲ་རྟོར་པས་བཅད་པ་  
 ཡིན། །དག་རར་མོའི་མགོ་བོ་བྱུན་གྱིས་བཅད། །རླུག་སྦྱོན་གཡུ་མོའི་མགོ་  
 བོ་དེ། །སྦྱང་གི་སྦྱོན་པོས་བཅད་པ་ཡིན། །སྦྱིས་པས་རྒྱུང་མ་བསད་པའི་ངོ་། །  
 བདུན་ལྷ་ལྷག་གོ་བོའི་མགོ་བོ་དེ། །འཕར་བ་དམར་པོས་བཅད་པ་ཡིན། །ཕ་  
 སྦྱོན་གཅིག་གིས་གཅིག་བསད་ངོ་། །བརྒྱུད་རླང་ཁྲ་རྟོར་པའི་མགོ་བོ་དེ། །  
 སྤྲིན་བྱ་ལྷག་པས་བཅད་པ་ཡིན། །དག་ཡི་དམག་གིས་བྱུན་གྱི་དམག་དཔོན་  
 བསད། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །འཆིང་འདུན་བྲེད་ན་བཟང་པ་ཡིན། །  
 དག་སྤྲིན་བྱ་སྤྲེ་བོའི་མགོ་བོ་དེ། །ལྷང་ཁྲ་སྦྱོན་མོས་བཅད་པ་ཡིན། །བྱུན་  
 གྱིས་དག་ཡི་དམག་དཔོན་སོད། །བརྒྱུ་བྱ་གོང་མོའི་མགོ་བོ་དེ། །ཐོ་རོག་  
 བག་པོས་བཅད་པ་ཡིན། །མ་སྦྱུ་དག་ཡིས་བསད་པ་ཡིན། །བརྒྱུ་གཅིག་ཐོ་

ལྷ་བྱ་དཀར་མགོ་བོ་དེ། །སོལ་ཁྲ་རོག་བོས་བཅད་བ་ཡིན། །ཟུན་གྱི་དར་  
 འཛིན་དག་ཡིས་བསང། །ཅི་བྱ་བ་ཅི་ལ་ངན་བ་ལ། །དྲུང་གཏད་མོ་ལ་བཟང་  
 བ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་སོལ་ཁྲ་ནག་མོའི་མགོ་བོ་དེ། །སོ་ལྷ་འི་བྱ་དཀར་དག་  
 གིས་བཅད། །དག་ཡི་དར་འཛིན་ཟུན་གྱིས་བསང། །བཅུ་གསུམ་དྲུང་ཁྲུང་  
 དཀར་བོའི་མགོ་བོ་དེ། །བྱ་ནག་གེ་རུས་བཅད་བ་ཡིན། །མི་རབས་གསུམ་  
 ལ་མི་བསང་རྒྱུ་མི་འཆད། །གི་འདུལ་དག་བྱུང་བདུད་བརློག་བྱ། །ཅི་བྱ་བ་  
 ཀུན་ལ་ངན་བ་ལ། །ལྷགས་གྱི་ནད་ཁ་འཆད་ངོ་ཡིན། །སྐྱེར་གཉིས་ཟིན་དང་  
 སྐྱེར་དང་ལྷ་གྲུ་ར་ཟིན། །གསུམ་ཀར་ཟིན་བའི་དཔེ་མ་རྟེན། །བག་ཆོ་དག་ལ་  
 སོས་བཀྲུག་ན། །~~ལྷ་~~ སྐྱེར་གཉིས་ལྷ་གྲུ་གཅིག་དང་གསུམ། །སོ་སོར་  
 སོ་ཡིས་བཀྲུག་བ་ན། སྐྱེར་ནག་ཡུ་མོ་འགྲུལ་བྱིད་བྲག །ཆེན་ཆུན་གཉིས་  
 ལ་ཤར་བོ་གཅིག །ཡུ་མོ་གཉིས་ལ་འགྲུག་སྟེ་གཅིག །རྫོང་དམར་རྩུ་ཁ་ཁ་  
 དགྲུ་བྲག །སྐམ་ཆན་སྟོ་དེ་རྫོང་སོང་བའི། །གཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བདགས་བ་  
 ཡིན། །སྐྱེར་དམར་ལུང་མ་ཟེ་ལུང་ཟེར། །བཅུ་གཅིག་ནད་བ་དག་ལ་བཟང་།  
 བརྒྱད་ལ་རྟ་རྒྱུག་བྱེད་ན་བཟང་། །གཅིག་གི་སྟེང་དུ་དུར་མོར་བཟང་། །བཅུ་  
 གཅིག་རྟ་མོ་དག་ལ་བཟང་། །སང་གྱི་བག་ཆོ་བདགས་བ་ལས། །~~ལྷ་~~  
 མོ་རྟར་གཉིས་འབྲེལ་ལྷགས་ཐག་འདྲ། །སྐམ་དང་ལྷ་གྲུ་སོ་སོར་བརྟེན། །  
 འདི་ཡི་བཤད་བ་མ་རྟེན་དོ། །~~ལྷ་~~ དེ་བཞིན་སང་གྱི་གཉིས་ཀས་འཇུས།  
 འདི་ལ་ཞང་ཁུང་ལྷག་པས་མིང་བདགས་པ། །སོ་ལྷ་དྲུང་ཁྲུང་དཀར་བོ་ཟེར།



བར་བས་བ་བཅུན་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཤེས་ཟེར། ཁྲོ་བས་མ་རྒྱ་གསེར་གྱི་རུས་  
 སྤུལ་ཟེར། ཡང་དག་གཤེན་གྱིས་མཚན་གསོལ་བ། གཡུང་རྒྱུར་སྤྱིར་ལེབ་  
 མདུད་མོ་ཆེ། ཐམས་ཅད་འདི་ལས་གོལ་བ་ཡིན། ཞེ་སད་ཞེ་ཨོད་ཞེས་  
 གྲང་བ། གཡས་སྤྱི་སད་གཅིག་འཇུག་པ་དེ། རྟེན་གྱི་རྣམ་མཁའ་སྒྲོན་པོ་  
 ཡིན། གཡོན་རྒྱུར་གཅིག་འཇུག་པ་དེ། འོག་གི་ས་གཞི་གོ་མོ་ཡིན། ཅེ་  
 ལ་སྤར་གཅིག་འཇུག་པ་དེ། བར་གྱི་ཉི་ལྷ་སྒྲར་གསུམ་ཡིན། ཀྱུན་ལ་མོ་སྒྲོ་  
 འབྲེལ་བ་དེ། མཐའ་མ་ལྷགས་རིས་བསྒྲོར་བ་ཡིན། རྣམ་མཁའ་ས་གཞི་  
 ཉི་ལྷ་སྒྲར། མོ་མདུད་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། གཡས་སྤྱི་སད་གཅིག་འཇུག་  
 པ་དེ། ཡོད་ཁམས་ཐམས་ཅད་དེ་ལས་གོལ། གཡོན་རྒྱུར་གཅིག་འཇུག་  
 པ་དེ། མེད་ཁམས་ཐམས་ཅད་དེ་ལས་གོལ། ཅེ་ལ་སྤར་གཅིག་འཇུག་པ་  
 དེ། མོ་སྒྲོ་ཀྱུན་ལ་འཇུག་པ་དེ། ཡོད་མེད་བརྒྱུམ་པའི་རྩུ་ཡིན། ཡོད་  
 མེད་ཁ་འཛིན་བསྐྱུམ་རྩུ་བཞི། མོ་མདུད་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། གཡས་སད་  
 མོ་ལྷ་རྒྱུང་བྱུང་དགར། གཡོན་སྤྱིར་བ་བཅུན་འཕྲུལ་མོ་ཆེ། ཅེ་སྤར་དབག་  
 བསམ་ཤིང་གི་བླ། མོ་སྒྲོ་མ་རྒྱ་གསེར་གྱི་རུས་སྤུལ་དེ། བསྐྲུལ་བྱུང་གསུམ་  
 སྤྱི་གོག་ཤིང་དང་བཞི། མོ་མདུད་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། གཡས་སད་ལྷན་  
 སྤྱིས་ཕོ་ལྷ་དེ། གཡོན་སྤྱིར་ལྷན་ཅིག་སྤྱིས་པའི་འབྲེ། ཅེ་སྤར་ལྷ་འབྲེ་ཤན་  
 འབྲེད་བོན། མོ་སྒྲོ་ལྷ་འབྲེ་ཤན་འབྲེད་ཡིན། ལྷ་འབྲེ་བོན་དང་ཤན་འབྲེད་  
 བཞི། མོ་མདུད་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་ལྷ་དུས་གཙུག་གསུམ་སྒྲོས་

དང་བཞི། །གསེར་རི་རྩེ་རི་ཤེལ་བྲག་དང་། །ཡོད་ཁམས་སྤྱོད་བ་བཞི་ཡང་  
ཆོང་། །པ་མ་ཐུག་སུམ་གསོས་དང་བཞི། །གཡུང་རྩེ་བྲག་རིགས་སངས་  
དང་རྩེ་བཞི་ཆོང་། །དབྱ་བྱ་ཐེར་མ་ཅང་མེན་ག་རིགས་བཞི། །དབྱིག་རིགས་  
དཔའ་རྩོམ་ཆོན་ཆ་མགར་ཆོང་བཞི། །རྒྱལ་འཕམ་བར་བ་འབྲུགས་གཞིར་  
ཞི། །མདུད་བ་འདི་ལ་ཆོང་བཡིན། །རིགས་དྲུག་བརྟེན་པའི་བྲག་ཞིག་ཡིན། །  
སྤྱོད་བཅུ་བཞི་འདི་ལ་ཆོང་། །སད་ཆེན་བག་ཆོའ་འཇུས་པ་ལས། ~~མེད་པའི་~~  
མི་འདྲ་གསུམ་ཅམ་ཡོད་ན་ཡང་། །བཤད་བ་མ་དཔེ་མ་རྟོག་བཞི། །སད་སྤྱོད་  
བྱིར་རྒྱུང་བཏགས་པ་ལས། ~~མེད་པའི་~~ མོ་རྟར་གྲུ་གསུམ་གཅིག་བཏགས་  
ཤིང་། །སད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་འཇུས་པ་ན། །ཤིང་ཤག་མདའ་གི་འུར་མོ་བྲག་ །ཡང་  
དག་རུ་ལ་རྩེ་མ་ཟེར། །བརྒྱད་ཡ་མ་ནག་པོ་འཆོས་ན་བཟང་། །དེ་ཡི་སད་  
ཀྱིས་གཉིས་གསུམ་འཇུས། ~~མེད་པའི་~~ འདི་ཡི་བཤད་བ་མ་རྟོག་དོ། ~~མེད་པའི་~~  
མ་ཆོལ་རམ་སོས་བཀུག་ལ། །སད་ཀྱི་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་ལ་ཟེར། །སྤྱོད་ཡར་  
དག་ཁུ་ཐུན་བྲག་ །དོམ་དང་རྟག་གཉིས་འཐབ་པའི་དོ། །གཅིག་གིས་གཅིག་  
བསད་རོ་སྤྱོད་འབྱུང་། །སྤྱོད་བར་ཤོ་དོན་ཐུན་བྲག་ཀྱང་བྱ། །བརྟེན་གཅིག་ཡ་  
མ་ནད་བར་བཟང་། །བརྟེན་གསུམ་ཡུགས་མོས་ཁྱོ་ཆོལ་བཟང་། ~~མེད་པའི་~~  
སྤྱོད་མའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱང་ཟེར། །སྤྱོད་མར་སྤྱོད་པ་བྲག་ །སྤྱོད་ཀྱི་འཐབ་བས་  
གཅིག་གིས་གཅིག་བསད་བྲག་ །སྤྱོད་བར་སྤྱོད་དོང་ལ་ཆོལ་བྲག་ཀྱང་ཟེར། །  
དེ་གཉིས་ཀྱི་སད་གཉིས་ཟེན་པ་ལ། །དབྱེད་ཀྱི་མ་དཔེ་མ་རྟོག་དོ། །ཀྱི་བ་

9

འདེབས་པར་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་དྲུང་ས་སྟོ་བར་བཟང་། །གཅིག་ལ་ཡ་མ་  
ནག་པོར་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་གཉིས་མ་དག་ལ་བཟང་། །སྤང་བཤའ་བདག་  
པོ་ཤི་བའི་བྲག་ ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་དན་པ་ལ། །བཤའ་སྤང་ཉིས་ན་བཟང་བ་  
ཡིན། །སྟོ་ཁ་ཐུར་རྟོང་དུ་སོང་བ་ཡིན། །དེ་ནས་མ་ལྷོ་བཏགས་ཚུལ་ལས། །  
~~ཐུག་སྐྱུམ་གྱིས་འཇུག་པ་ན།~~ །དུ་བྲག་ཡར་སྐྱེ་ཁ་ཐུར་བྲག།  
~~ཐུག་སྐྱུམ་འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན།~~ །དུ་བྲག་དམར་སྐྱེ་ཁ་ཐུར་བྲག།  
དམ་གྱི་སྤྱ་བའི་རི་དྲགས་ཡིན། །དུ་དམ་མུ་དན་ཐུར་ཅེ་བྲག་ཀྱང་ཟེར། །  
བཅུ་གཅིག་ཁྲོན་པར་རྒྱ་བཅིགས་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་ནད་པ་ཁ་ཐོ་འདོན། །  
བཅུ་བཅུ་གཅིག་རྒྱད་ཤག་འདེབས་པར་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་དྲུང་སྟོ་དྲུང་  
ལྷ་གསོལ་ན་བཟང་། །~~ཐུག་སྐྱུམ་གཉིས་ཀས་འཇུག་པ་མ་རྟོག་~~  
དོ། །ཀྱེ་བ་བག་ཐོག་ལྷོ་ཐུར་ལས། །~~ཐུག་སྐྱུམ་སྐྱེ་ལ་གཉིས་~~  
གོན་པ། །རྟོང་གི་ཁྲི་ལེ་ཁྲི་འདུས་ན། །མདུང་མོ་རྟག་ཅེ་བྲག་ཅེས་བྱ། །  
ཆེར་མའི་མགོ་ལ་རྟག་འཇུ་ཚུགས། །ཆེར་མ་རྟ་དང་འདྲེས་པའི་བྲ། །གཉན་  
ཤིང་ཡལ་ག་རྒྱས་པ་འདྲ། །མདུང་ལ་བ་དན་བཏགས་པ་འདྲ། །དམག་ཆེན་  
ཤུལ་དུ་ཞུགས་པ་འདྲ། །མཁར་ལ་འཇའ་སྐྱས་བཅུགས་པ་འདྲ། །འདི་ཡང་  
བྲག་གི་ཆེ་སྟེ་ཡིན། །བསེ་སྟོང་འབར་བ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །~~ཐུག་~~ །གསུམ་  
ཀས་འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན། །དུ་བྲག་རུས་སོ་ཅིག་ཅིག་ཡིན། །འདི་ནི་ཆེར་  
མའི་ལྷགས་ཁྲིམ་ཡིན། །ཁ་པར་གྱུ་ཆེར་མ་ལྷགས་མཁར་ནང་ནས་བྱད། །




དེ་དག་ཏུ་འད་པ་ཤད། ། དེ་ཡི་གཉིས་པར་ཟིན་གྱུར་ན། ། ~~མཐུན་པར་ཟིན་གྱུར་ན།~~ དེ་ཡི་  
 དབུས་ལྷ་ཟིན་གྱུར་ན། ། གཏུམ་ཅི་རལ་རྒྱད་ལག་ཆ་བྲག། ཁང་ཁོང་ར་ཐོག་  
 བརྒྱད་ཤ་དེ། ། ལུ་མེད་བདུད་མཆོའི་ནང་དུ་བསྐད། ། རྩོད་རྒྱུད་སྐད་སྒྲི་ཡིང་  
 ཟེར། ། རོ་ཡོན་རྟག་བྲག་སེལ་མོ་ཡིན། ། ~~མཐུན་པར་ཟིན་གྱུར་ན།~~ རྩོད་རྒྱུ་རྟག་རི་བྲག་  
 དུག་དང་འཕྱད། ། བར་འབྲོང་ལུ་དར་མ་དཔུང་ཆོག་ས་ལུད། ། རྩོད་ལ་མང་  
 གྲུང་ལྟར་མ་ལུན་པ་འོང་། ། ~~མཐུན་པར་ཟིན་གྱུར་ན།~~ དང་པོ་གཉིས་ལ་ཟིན་པ་ན། གཏུམ་  
 ཅི་རལ་རྒྱད་དགུ་ཕྱི་བྲག། ཁྲོན་མི་དར་མི་རྒྱུད་མི་གསུམ། ། རོ་ལ་དུས་གཅིག་  
 ཆས་པ་ཡིན། ། ཡང་གཏུམ་ཅི་བཤོར་དཔུང་རྣམ་སྐད། ། བརྟུག་ཅིག་ཤོན་ཤོང་  
 མཁར་བརྟུག་ས་བཟང་། ། དཔའ་ཤོང་སྟོན་མོ་བྱེད་ན་བཟང་། ། བརྟུ་ལ་ཤོན་  
 ཤོ་སྟོ་བར་བཟང་། ། ~~མཐུན་པར་ཟིན་གྱུར་ན།~~ མཐའ་མ་གསུམ་ལ་ཟིན་པ་ན། གཏུམ་ཅི་  
 རལ་རྒྱད་ཁ་མ་ལུན་བྲག། རྩོད་དམག་ལུན་ལྟར་འཐིབས་པའི་ངོ་། ། མི་ཤོར་  
 དུས་ཀྱིས་ལྷེད་ངོ་ཡིན། ། རོ་ཡོན་ཟངས་དུང་རིང་པོ་འདི། ། བརྟུག་ཅིག་སྒྲགས་  
 པ་དག་ལ་བཟང་། ། བརྒྱད་བརྟེའི་ཆོ་སྤར་བྱེད་ན་བཟང་། ། གསུམ་ལ་མ་ནད་  
 པ་བཅོས་ན་བཟང་། ། དབུས་མ་གསུམ་ཟིན་དཔུད་མ་རྟེན། ། ~~མཐུན་པར་ཟིན་གྱུར་ན།~~ ཐ་  
 མ་བཞི་ལ་ཟིན་པ་ན། གཏུམ་ཅི་རལ་རྒྱད་རྩི་མ་ལུན་བྲག། ལྷུང་ཆོན་གཤོག་  
 པ་ཆད་པའི་ངོ་། ། བརྟུག་ཉིས་དུ་མ་དག་ལ་བཟང་། ། བརྒྱད་ལ་ནད་པ་དག་  
 ལ་བཟང་། ། བརྟུ་ལ་མ་ནག་ཤོ་བཅོས་ན་བཟང་། ། གསུམ་པ་སྒྲགས་པ་དག་ལ་  
 བཟང་། ། རྩོད་ལྷུང་གཤོག་དུག་ཕྱི་བའི་ངོ་། ། ལྷུག་ཤོག་མེད་རྒྱང་པས་འཕྲོ་

བའི་དོ། །ཤོ་ཤོ་དགུ་ཐུན་བྲག་ཀྱང་ཟེར། །གཏུམ་ཅི་བྲག་ཁ་ཐུར་ཆེན་རྣམས། །  
 བཅོན་མོང་པོ་ལྷགས་བརྒྱུད་བྱེད་པའི་དོ། །~~ཐུན་པོ་~~ ལྷ་ག་སོ་ཡིས་ཟེན་པ་  
 བ། །གཏུམ་ཅི་རལ་རྒྱུད་ཅི་ཕྱིར་བྲག་ །མྱོན་སྤྱོད་པའི་སྒོར་བརྒྱན་དོལ་བ་  
 ལས། །སྒོར་སེར་དོལ་དུ་མ་འདོད་པ། །མིང་པ་དེ་ཡི་བྲག་གནས་དང་། །སྒྲལ་  
 བ་དེ་ཡི་མོ་བརྒྱད་ཡིན། །ཀྱེ་ལེ་འོད་དཀར་བཏགས་པ་ལས། །~~ཐུན་པོ་~~  
 མཐའ་ནས་སོ་ཡིས་བཀྲུག་པ་དང་། །~~ཐུན་པོ་~~ གཉིས་པར་སོ་ཡིས་བཀྲུག་  
 པ་དང་། །~~ཐུན་པོ་~~ མཐའ་གཉིས་སོ་ཡིས་བཀྲུག་པ་དང་། །~~ཐུན་པོ་~~  
 དབུས་མ་གཉིས་ལ་བཀྲུག་པ་དང་། །~~ཐུན་པོ་~~ ཟུར་གྱི་གཅིག་ལ་  
 བཀྲུག་པ་ལྟ། །~~ཐུན་པོ་~~ ཐམས་ཅད་བཀྲུག་དང་དེར་མ་ཟད། །ཟུར་གྱི་  
 གཅིག་དང་གཞུང་ལ་ནི། །བཀྲུག་ཚུལ་ཡོད་ཀྱང་གསལ་པོར་བཤད་མ་རྟོགས། །  
 དིང་རྒྱུན་གཏུ་སོ་ཟུར་ན། །སོ་ཟུར་གསེར་གྱི་ལྷན་པ་ཅན། །ནག་རིགས་  
 བྲག་གི་ཆེ་བ་ཡིན། །སོ་བྲག་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་གནས་ཡིན། །བྲག་ལ་བྲག་གཉེན་  
 འདི་ལས་མེད། །དེ་འོག་སོ་ཟུར་དཔུལ་ལྷན་པ་ཅན། །ནག་རིགས་བྲག་གི་ཡོང་  
 རྫོང་ཡིན། །དེ་འོག་ཟངས་ཀྱི་ལྷན་པ་ཅན། །ནག་རིགས་བྲག་གི་རྩོ་མཚོན་  
 ཡིན། །བྲག་ལ་འདི་བས་རྩོ་བ་མེད། །དེ་འོག་ལྷགས་ཀྱི་ལྷན་པ་ཅན། །སྤ་  
 བརྟེན་འདི་བས་ཆེ་བ་མེད། །དེ་འོག་སོ་ཟུར་སྤོ་རྩེ་ལྷན་པ་ཅན། །རྫོང་ལ་  
 འདི་བས་བཅོན་པ་མེད། །འདི་ལཱའི་མདུད་རྫོང་མི་འདྲ་བས། །དབྱེ་བས་ལ་  
 མ་ཤེས་རེ་ཞིག་བཞག །སྤར་ཁུངས་ལྷན་ཡིད་ཆེས་བྱུང་ན་དཔྱོད། །དིང་རྒྱ

ནག་ཏུ་སྒྲུབ་ལུ་འདི། ཉག་རིགས་བྲག་གི་ཆེ་བ་ཡིན། །སོ་བྲག་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་  
བ་ཡིན། །གཏུམ་པོ་བྲག་གི་པ་ཆེན་ཡིན། །འབྲུགས་པ་བྱེད་པའི་ཡང་རྫོང་  
ཡིན། །ཁེར་མ་བཞུགས་པའི་ཕོ་བྲང་ཡིན། །ཅང་སེ་བརྟེན་པའི་མཁར་སོ་  
ཡིན། །དག་སྒྲ་འདུག་པའི་པ་ཡུལ་ཡིན། །མི་རྟོག་རྣམས་ཀྱི་མགོ་གཞོན་ཡིན། །  
སྒྱུ་ཞིབ་བགོད་པའི་ཁོ་རྒྱུ་ཡིན། །རབ་སྒྲིགས་བསད་པའི་ཤན་བ་ཡིན། །སྒོ་  
བྲག་བཙོམ་པའི་ཐོབ་ཡིན། །ཁོར་གཅིག་རྒྱུང་པའི་རྒྱུང་ས་ཡིན། །འབྲུགས་པའི་  
གཡུལ་ཆེན་སྒྲོད་དུས་དེར། །དིང་རྒྱ་རྒྱུང་བ་གདམས་དག་ཡིན། །  
འདི་བྲག་ལུ་ལེ་གཞུང་རྒྱལ་གསེར་འབྲུ་ཅན། །ཁ་ཅིག་བསེ་ལུ་ར་གཅིག་ཟེར། །  
སྒྱུ་པོར་ཐོར་ཅོག་འདུག་པ་དེ། །སངས་རྒྱས་རྣམ་ཀྱི་གོ་ལ་སྤྲུག་ཡིན། །སྒླེད་  
པ་དོ་རྟེན་འདུག་པ་དེ། །འཆི་མེད་དོ་རྟེན་ཆོ་ཐོབ་ཡིན། །མོ་སྒོ་ཁ་ནས་བཟུང་  
བ་དེ། །དག་སྒྲིང་གཏིང་ནས་འདྲེན་བ་ཡིན། །ནག་པོ་བྲག་གི་ཡང་རྟེན་ཡིན། །  
བྲག་གི་ནང་ནས་བྲག་ཞིག་ཡིན། །མཐུ་ཆེན་ཁེར་མའི་མཆེད་བླ་ཡིན། །  
~~མཐུ་ཆེན་ཁེར་མའི་མཆེད་བླ་ཡིན།~~ གྱེ་བའི་མཐའ་གཉིས་སོས་བཀྲུག་ན། །སོ་ཡོན་ལྷན་པ་རང་ཁྱེག་  
བྲག་ །སོ་བྲག་ནང་གི་བཙོན་པོ་ཡིན། །སོ་དང་གྱེ་བ་རང་ཁྱེག་གསུམ། །མོ་  
མདུད་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། །~~མཐུ་ཆེན་ཁེར་མའི་མཆེད་བླ་ཡིན།~~ མཐའ་དབུས་དོར་བའི་གཉིས་པོར་  
ཟེན། །ལོ་རྩ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་གསོལ་བ། །དག་སྒྲ་རྒྱ་སྒྲིབ་མགོ་ལ་ཆེ་བོ་རྒྱ།  
དག་སྒྲ་ལྟ་རང་མིང་རང་གིས་བདག་ས། །སོ་ཡོན་ཅང་མ་ཅང་ཀུན་བྲག་ །བཙུ་  
གཅིག་ཁྲབ་ཁ་བསྐྱོལ་ན་བཟང་། །གཅིག་ལ་ལྷུགས་ཀྱི་འོག་བསྐྱོལ་བཟང་། །



གསུམ་ལ་རྟ་རྒྱལ་བྱེད་ན་བཟང་། །བཙུག་སུམ་དུར་ཀ་མནན་ན་བཟང་། །  
~~འདི་ལ་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ།~~ །དང་པོ་དང་ནི་གསུམ་པར་ཟེན། །འདི་ལ་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ། །  
 གྱེ་བ་རང་འགྲུགས་བཏགས་པ་ལས། །~~འདི་ལ་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ།~~ །ཟེན་རྒྱལ་དུ་མ་འོང་ན་  
 ཡང་། །བལ་ཆེན་འབབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན། །རང་ཁྱལ་ཐིག་གུར་སྤོས་བཀྲལ་  
 བ། །ཁྱི་ལ་ཞོར་བུ་ཁོང་སེང་ཟེར། །གཏུམ་ཅི་ཞོར་བུ་འབར་བའི་བྲག་ །བྲག་  
 ཆེན་ནང་གི་ཞོར་བུ་ཡིན། །འདི་ནི་ཡང་དག་བྲག་གི་དབྱིས། །ལྟོ་ཡི་འཛམ་  
 སྐྱིད་བརྟེན་བ་ཡིན། །དཔལ་ལྷན་ལྟོ་ཡི་ཡུལ་མཁར་དེར། །འབྲས་ད་ནང་  
 བཏབ་བ་དོ་རྒྱབ་སྒྲིན། །ཞོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་འཇམ་བའི་སྒྲ། །ད་ནི་ད་རྟོག་  
 ལས་བྱུང་བྲག། །~~འདི་ལ་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ།~~ །ད་རྟོག་རང་ཤག་དཀར་མོ་ཡི། །སྒྲུམ་གྱི་ནང་དུ་  
 སྤོས་བཀྲལ་ན། །ད་རྟོག་རང་ཤག་ལྟ་བུ་བྲག་ །སྒྱེར་དཀར་དཔལ་མོ་མདུང་  
 འཛིན་ཡིན། །དཔལ་ཆེན་སྤེར་མི་ཤེལ་མདུང་ཡིན། །ལྟོ་བྲག་དམུ་བྲག་གཉིས་  
 ཀ་ཡིན། །འདི་ཐེངས་གཅིག་བབ་བའི་དུས་སྤིང་ན། །དམག་དཔོན་རྒྱལ་  
 འདོད་ཆུས་དང་འཕྲད། །དམག་མི་ཞོར་འདོད་ཞོར་དང་འཕྲད། །མཆོན་ཆ་  
 རར་མ་བྲག་དང་འཕྲད། །དག་སྒྲ་དཔལ་འདོད་དཔལ་དང་འཕྲད། །སྒྲུང་སེ་  
 མགྲོགས་འདོད་བང་དང་འཕྲད། །འདི་ལ་བཀྲལ་གཅིག་བཅས་བ་ན། །  
 མདུང་ལ་ལྷགས་གྱིས་མཐུད་བ་ཡིན། །འདི་ཡང་བཅོན་ས་སྤྱོད་དུ་གཅིས། །  
 ལུང་བ་དགྲུ་ཡི་ཞོར་ཐོབ་ནས། །ཡུལ་ས་དགྲུ་ཡི་མི་ཡང་སོད། །དག་རལ་བ་  
 ཅན་དེ་མང་དུ་བཟུང་། །~~འདི་ལ་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ།~~ །དེ་ཡི་སྒྲུ་གུའི་སྤེན་ནས་ཟེན། །ད་རྟོག་སྤྱོད་

ནམ་མགོ་གཏུམ་བྲག་ སྐྱལ་ནག་མགོ་དགའི་བླ་མ་དུད་ཡིན། །ལྷ་ས་ངན་  
 ཐན་གྱི་གོལ་ཐུག་ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །སྒོན་ངམ་རྩེས་  
 བོར་བའི་དམོན་བྱད་དེ། །ལྷ་མི་རྣམས་ལ་སྒྲིག་པ་ཡིན། །བཙན་ས་བ་ལོག་  
 གར་བབ་ཀྱང་། །མི་ཆེན་དག་ལ་བྲིམས་ཐོག་ནས། །མགོ་བོ་བཟུང་པར་བཏགས་  
 རོ་ཡིན། །བརྒྱག་ཁ་གཡུང་དུང་ཐུར་ཐོགས་སངས། །གང་གི་ལན་དུ་འདི་  
 ངན་ནོ། །ཐུར་ཐོགས་ལན་དུ་འདི་བབ་ན། །ཀུན་ལ་སྤང་གསལ་ནམ་ལངས་  
 ཀྱང་། །ལོང་བའི་སྤྲོད་དུ་ཐུན་མགོ་རུབ། །མི་རོ་རང་རོ་བྱས་པ་ཡིན། །མྱང་  
 བའི་སྤྲོད་དུ་གྱུད་མཛོལ་རིབ། །གཏོ་ལ་བྱ་བཙན་བཙན་འགོལ་བྱ། །སང་  
 ཁམས་ལན་དུ་འདི་བབ་ན། །སང་ཁམས་ཁ་འོད་གཞུང་དང་བྲལ། །ལ་ཐོད་  
 ཅེ་ལ་ཐུན་ནག་འབྲིགས། །མ་གཅིག་བྱ་ཐོ་སྤྲུག་འབྲུག་སུམ། །ལུང་བ་གསུམ་  
 གྱི་མདོ་རུབ་རྒྱག་ །གསལ་བའི་ལན་དུ་འདི་བབ་ན། །ཉི་མ་ཐུན་གྱིས་བསྐྱིབ་  
 པ་ཡིན། །བརྒྱགས་གྱི་ལན་དུ་འདི་བབ་ན། །བརྒྱགས་ཁ་ཅི་ཐོག་འབྲུག་བདེ།  
 སང་དང་བཙོས་ཁྱེར་བཙོས། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ནན་ལྟར་ངན།   
 དེ་ཡི་གཉིས་ལ་སོས་ཟེན་ན། །སྒྲིན་མ་ཡོར་པོ་མགོ་བཏུམ་བྲག་ །དམེ་འབྲེ་  
 གཡེང་བ་རལ་ཆེན་ཡིན། །དམེ་གཅིག་མི་བྱེད་ཁ་མེད་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་  
 ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ངན། །དེ་ཡི་སྒྲུར་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །སྒྲིན་མ་ལྷག་པ་གསེར་  
 མིག་ཡིན། །མགར་འགོ་བཙུང་ཡང་སྒྲིང་ཡིན། །འབྲུགས་བའི་མོ་ལ་སྤོད་དུ་  
 གཅིས། །བརྒྱག་གཉིས་སྐྱལ་ནག་གསེར་མིག་བརྒྱགས། །འགར་འགོ་བཙུང་

སྒྱུ་མ་རིགས་ཡིན། །འབྲུགས་པའི་མོ་ལ་སྟོད་དུ་གཅིས།། ~~གསུམ་~~ གསུམ་  
 ལ་སོ་ཡིས་བརྒྱག་པ་ན། །སྒྲིན་མ་ལག་བཤལ་འདབ་མ་བྲག །དམུས་ལོང་  
 དགུ་ལ་སྒྱ་ཁྲིད་གཅིག །ལོང་བ་ལག་བ་སྒྲེལ་བའི་བྲག །ཅི་ལ་བདེབ་ཀྱང་  
 དན་པ་ཡིན། །ཀྱུན་ལ་འབྲེལ་སོགས་གཞན་མ་རྟེན། །དེ་རིག་རྒྱལ་བུ་ཡབ་  
 སྒྲུ་ལས།། ~~ལྷ་མོ་~~ ལྷ་མོ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་མར་འཇུས། །དེ་རིག་ཁྲིག་ཉན་  
 ལད་ཆ་ཐག །བྲག་རྒྱུ་ཀྱུན་གྱི་བྲ་ཆང་ཡིན། །དེ་ལ་བརྒྱགས་གཅིག་བཅས་  
 པ་ན། །ལད་ཆ་ལུར་བུ་ཁྲི་ཞལ་བརྒྱགས། །འདྲེ་ལུབ་བྲག་འདི་སྟོད་དུ་གཅིས།།  
 འབྲུགས་པ་དག་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །མཚོ་རྒྱལ་སྒྱུ་ལ་སོས་བརྒྱག་ན། །  
~~ལྷ་མོ་~~ དེ་རིག་སྒྲིག་པ་རུ་གཟེར་བྲག །འདི་ལ་རལ་ནག་འཆང་གསུམ་  
 ཡིན། །ཆུ་ཆེན་བྱེ་མའི་རྒྱུད་ན་གནས། །གཙང་ཉ་སྒྲིག་པ་ཟས་སུ་བ། །གདོད་  
 ལ་བྲག་གི་རྒྱ་རིས་འཛགས། །ཁ་ནས་སྒྲིག་པའི་དན་སྒྲགས་སྒྲོས། །དམོད་  
 བྱེད་སྒྲིག་མཐུ་ཁ་ནས་འདེབས། །བྲག་རལ་བ་ཅན་གྱི་གོ་ལ་ལུག་ཡིན། །གང་  
 དུ་བབས་ཀྱང་སྒྲིག་དོ་ཡིན། །དབྲ་གཞི་དུར་གསུམ་ཀྱུན་ལ་དན། །བརྒྱགས་  
 གཅིག་ཐང་དཀར་མཚོ་རྒྱལ་བརྒྱག །བྲག་རལ་བ་ཅན་གྱི་བང་མཛོད་ཡིན།།  
 ཡང་མཛོད་ཁ་ཞག་མེར་བ་ཡིན། །དོ་རྒྱུ་མཚོ་ན་དུ་བརྒྱར་མི་ཡིན། །གཡུ་ལ་  
 ལ་རྒྱལ་ཁ་ཐེངས་དགུ་ཡིན། །བརྒྱག་གཉིས་དེ་རིག་ཁྲི་འདུ་སོང་ན། །ཁོར་  
 སུ་རིན་ཆེན་འབར་བ་བརྒྱག །བྲག་རལ་པོ་མེ་ཡི་ཡང་ཁོར་ཡིན། །ཁྱུང་དང་  
 གིང་དང་ཁོར་བུ་གསུམ། །མོ་མདུད་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། །དབའ་པོ་བྲག་གི་

[illegible]

ཡས་དང་། གཉན་ཐོད་མི་ཁའི་རྒྱས་དང་བཅས། །དབྱ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་བོར་  
 བར་བྱ། །བཙོད་རུང་ཕོ་གདོང་གིས་པ་དང་། །དུག་གི་མི་ལ་བྱི་བའི་མགོ། །  
 བྱས་ལ་གང་གཞོད་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱར། །ཡི་དམ་སྒྲགས་བསྐྱས་ཏིང་འཛིན་  
 གཟུབ། གཞན་མ་ཅིས་ཀྱང་མི་སྤྱབ་བོ། །དེ་དམུ་དཔལ་བདགས་པ་ལས། །  
~~འཁོར་ལོ་སྤྱིང་བཞིའི་ཁོག་ལ་ནི།~~ །སོས་བཀྲུག་ཁྲི་ལེནོར་སུ་  
 ཁོང་སེང་ན། །བྲག་ཆེན་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ནོར་སུ་ཡིན། །གཞན་རྒྱལ་ས་བཤད་པ་མ་  
 རྟོག་དོ། །ཟེ་ཟེ་དགྱིལ་ཆེན་ལས་བྱུང་བ། །~~ཕུ་གུ་གཉིས་པོའི་~~  
 ཕྱོགས་སུ་བཟུང་། །ཁྲི་ལེ་ཁྲི་གཤག་ཆེན་པོ་ནི། །ཁྲིང་སད་དེ་སྒྲག་ཅེ་འདབ་  
 མ་ཅན། །རྡོ་རྗེ་བྲག་ལ་དཔལ་འཛང་ཡག །ཡུལ་མོ་འདེབས་ན་ཡུལ་མཁར་  
 བཅན། །ཁྲུ་མོ་ཞིང་ལ་འབྱས་དུག་ཡག །ཐེར་མ་གཉེན་དང་བསྐྱེབས་པའི་  
 སྒྲས། །དམུ་དཔལ་འདོགས་ལུགས་གཞན་མ་རྟོག། །དེ་བག་སྐྱམ་སོས་  
 བཀྲུག་བ། །~~སྐྱམ་དང་གྲུ་གསུམ་སོ་ལ་འཇུས།~~ །ཁུ་སྐྱར་སྐྱེར་  
 བག་བྲག་ཅེས་བྱ། །ཚོག་དང་ནལ་གྱི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །ཡང་ན་སྐྱེ་བག་སྐྱུང་  
 མ་ལོག །གྲུ་གསུམ་བརྒྱུག་ན་ཆེན་མའི་ནལ། །སྐྱེར་ལ་བརྒྱུག་ན་རྒྱུང་མའི་  
 ནལ་དོ་ཡིན། །ཁ་སྐྱམ་བདགས་པ་དེ་ལས་ནི། །~~སྐྱེར་གྱིས་སོ་ལ་~~  
 འཇུས་པ་ན། །སྐྱེར་བག་མ་ལ་སྤྱད་དེ་བྲག །བརྒྱུག་སྐྱམ་སྒྲ་བེད་མ་གྱིས་ཁྲེར། །  
 དོམ་གྱིས་སྐྱེས་པ་ཁྲེར་བ་ཡིན། །བརྒྱུག་བཅས་སྐྱེ་ནང་གར་བབ་ཀྱང་། །མི་  
 འཆིནོར་འཆོར་གཉིས་ཀ་རུས། །སྐྱེར་བ་མིན་ཁ་ཆོལ་སྐྱོན་བྲག །ཆེན་མས་

[illegible]

གཅིག་གྱོན་པ། །ཁས་དྲག་བསེའུ་རུག་ཅིག་ཡིན། །མཐུ་ཆེན་མེར་མའི་དམག་  
 ཆོས་སལ། །བྱེས་ཐུབ་མང་སྟེ་གཡུལ་ཐུབ་ཅུང་། །གཡུལ་ཐུབ་བསེའུ་རུག་ཅིག་  
 ཡིན། །བསེའུ་བགས་པ་དམར་བ་ཡིན། །བསེ་ལ་གང་འབྱུང་ཡོད་པ་དེ། །  
 བ་དེ་གསེར་སྤལ་ཡིན་པར་དེས། །བསེ་ལ་རི་མོ་ཡོད་པ་དང་། །རུ་ལ་འོད་  
 ཟེར་འཕྲོ་བ་དེ། །མ་ནི་མཆོ་སྤྲོན་ཡིན་པར་བརྟགས། །ཁ་དྲག་བསེའུ་རུག་ཅིག་  
 ལ། །དབང་ནི་ཁྲུ་ཡི་རྒྱལ་པོས་བྱིན། །མཐུ་ནི་ས་བདག་རྒྱལ་པོས་བསྐྱེད། །  
 འདི་སྟོད་ལ་ཁྱུང་གསུམ་ཅེ་སྟོད་ཡོད། །ཁྱུང་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་བྱ་གཤོག་  
 ཡོད། །སྤལ་བ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་ནི། །ལུས་ལ་ཆུ་རིས་ཆགས་པ་ཡིན། །བ་  
 ཡིན་རྟགས་གཟུགས་བཞི་མགོ་དང་ལ། །རྩ་སྟོང་དག་དང་དྲུག་ཏུ་ཡོད། །བ་  
 དང་སྤལ་བ་ཁྱུང་དང་གསུམ། །ལྟ་དང་ཁྲུ་དང་སྤལ་དང་དྲུག་ །སྤང་བ་སྤྲོན་  
 པ་གཉིས་དང་བརྒྱད། །སྟོན་ལམ་གྲོལ་ལུག་དེ་དང་དགུ། །ཁ་དྲག་བསེའུ་  
 འདི་ལ་ཆང་། །རྒྱལ་པོའི་རྟགས་སུ་ལ་ཐོད་ཡོད། །རྒྱལ་མོའི་རྟགས་སུ་བྱང་  
 རྒྱན་ཡོད། །རྒྱལ་བུའི་རྟགས་སུ་གསེར་ཆབ་ཡོད། །གནས་ནི་རི་རབ་ཅེ་ན་  
 གནས། །རི་བྲག་རྣམས་ཀྱང་འབངས་སུ་བསྒྲོེ། །རྒྱག་ནི་ཆུ་པོའི་གཞུང་ལ་  
 རྒྱག། །ཆུ་བོན་རྣམས་ཀྱང་འབངས་སུ་བསྒྲོེ། །འཛོགས་ནི་དགེ་བའི་སྐྱམས་  
 ལ་འཛོགས། །འདུག་ནི་ཆོས་ཀྱི་མེ་ཆེན་སྟེང་ན་འདུག། །དཔུལ་བ་རྣམས་ཀྱང་  
 དཔུལ་ཐག་གཅོད། །ཟས་སུ་མི་གཏ་གཟ། །སྒོམ་དུ་མི་ཐག་ཏུ་ཐག་འཐུང་། །  
 བསེའུ་གཤིན་ཡུལ་བྱོན་ཅ་ན། །གཤིན་རྗེ་ཡོངས་ཀྱིས་མཆོན་གསོལ་བ། །

བསེལ་གཤིན་རྗེ་ཆོས་རྒྱལ་ཟེར། །ཕྱག་ན་ཁྲམ་གིང་ནག་པོ་བསྐྱམས། །  
 གཤིན་རྗེ་རྣམས་ཀྱི་དམག་དཔོན་བྱེད། །སྤེང་ལྟ་ཡི་ཡུལ་དེར་བྱོན་ཅ་ན། །  
 ལྟ་རྣམས་ཡོངས་ཀྱི་མཆོན་གསོལ་བ། །ཆོས་སྦྱོང་མ་རྟུ་ལ་ཟེར། །ཕྱག་ན་  
 ཅན་དན་བིང་ཆེན་བསྐྱམས། །ལྟ་རྣམས་ཡོངས་ཀྱི་དམག་དཔོན་མཛད། །ལྟ་  
 མིན་ཡུལ་དེར་བྱོན་ཅ་ན། །ལྟ་མིན་ཡོངས་ཀྱིས་མཆོན་གསོལ་བ། །བསེལ་  
 ལྟ་དབང་དྲངས་སངས་ཟེར། །ཕྱག་ན་གསེར་མདུང་བློ་བསྐྱམས། །ལྟ་  
 མིན་རྣམས་ཀྱི་དམག་དཔོན་མཛད། །བསེལ་གཉན་ཡུལ་བྱོན་ཅ་ན། །གཉན་  
 རྣམས་ཡོངས་ཀྱིས་མཆོན་གསོལ་བ། །བསེལ་གཉན་རྒན་དེ་བ་ཟེར། །ཕྱག་  
 ན་བེར་རྒྱ་འབྲུག་མགོ་བསྐྱམས། །གཉན་རྣམས་ཡོངས་ཀྱི་དམག་དཔོན་  
 མཛད། །ཁྲུ་ཡི་དམག་དཔོན་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་ཟེར། །ཕྱག་ན་ཁོར་བྱ་འབར་  
 བ་བསྐྱམས། །བྱོལ་སང་དམག་དཔོན་དུང་སང་དཀར་མོ་ཟེར། །ཕྱག་ན་སང་  
 གའི་གཡུ་རལ་བསྐྱམས། །ཡི་དྲགས་རྒྱལ་པོ་ཁ་འབར་མ། །ཕྱག་ན་བདུད་  
 ཕྱི་འོ་རྒྱུན་འཛིན། །སྟོན་ཡུལ་དམག་དཔོན་མཐུ་ཆེན་སྟོན་བ་ཟེར། །ཕྱག་  
 ན་ཡ་ཆོད་ཀར་ཕྱན་བསྐྱམས། །འདི་ཁང་ཁོང་དར་བའི་དག་སྒྲ་ཡིན། །ལྟ་  
 བཙུན་དག་སྒྲའི་དམག་དཔོན་ཡིན། །མཐུ་ཆེན་ཟེར་མའི་རྒྱག་ལམ་ཡིན། །  
 དུས་དང་བསྐལ་བ་དེ་ཅམ་ན། །ལྟ་ལོད་པོའི་ཞལ་ན་རེ། །སྟོན་བསངས་  
 ལ་དམག་འདྲེན་ན། །དག་སྒྲ་ཡུལ་སྤང་མ་བཞོས་ན། །དག་སྒྲ་འབྲུམས་བའི་  
 ཉེན་ཡོད་གསུངས། །ཡེ་གཤིན་དབང་རྫོགས་ཞལ་ན་རེ། །དག་སྒྲ་གཡུལ་



སྤངས་པ་བསྐྱོས་སྤང། །ལྷ་ལྷ་ལོད་པའི་ཞལ་ན་རེ། །ཁས་དྲག་བསེལ་རྩ་  
 གཅིག་ལ། །དྲག་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་སྤྲུལ་ཏེན་ཡོད། །དེ་ལྟར་དྲག་སྤྲུལ་སྤྲུལ་རྩེར་བསྐྱོས་།  
 དེ་ནས་ཡེ་གཤེན་དབང་རྩོག་སྤྲུལ། །ཁས་དྲག་བསེལ་རྩ་གཅིག་དང་། །དམ་  
 དབལ་འཁོར་ལོ་གླིང་བཞི་ནི། །གསེར་གྱི་རུས་སྤུལ་སེར་པོ་དང་། །སྤྲོ་བར་  
 གླིང་བཞི་བརྒྱུག་པ་ནི། །ས་བདག་ཙེང་ཀུན་ཁྱབ་པ་སྟེ། །དྲག་སྤྲུལ་གསལ་  
 སྤངས་སྤྲུལ་རྩེར་བསྐྱོས། །དེར་ཡེ་དམག་ཆོག་ས་ནས་ངམ་ལ་དྲངས། །ངམ་གྱི་  
 ལུལ་ཁམས་ཆམ་ལ་པབ། །མིད་པ་དེ་ཡི་སྤྲུལ་གནས་དང་། །བསྐྱེད་པ་དེ་ཡི་མོ་  
 མཐུད་ནི། །བརྩ་གཅིག་དྲག་སྤྲུལ་སྤྲུལ་རི་ལ། །དྲག་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཤིང་སྤྲུལ་གནས་  
 དང་། །སྤྲུལ་མཆོ་ཁས་དྲག་འདི་རྣམས་བབས། །བརྩ་གཉིས་སྤྲུལ་ཆག་འཁོར་  
 གསུམ་སོགས། །ངན་སྟིགས་མཐུད་པ་བབས་ནས་སྤྲུལ། །བརྩ་གསུམ་དྲག་སྤྲུལ་  
 སད་ཁམས་ན། །ངམ་ཁམས་ཆམ་ལ་པབ་པ་ཡིན། །དྲག་སྤྲུལ་ཐོར་ཐོབ་རྒྱལ་  
 ཁ་འབྱུང་། །དེ་ཡི་དབྱེ་བ་གཞན་དག་དང་། །ཡི་ཡན་ལྷག་མ་གཞན་དག་གི།  
 བྲག་མཐུད་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ། །སྤྲུལ་གྱི་མ་ཟེ་སོས་བཀུག་ཚུལ། ~~སྤྲུལ་~~  
 སྤྲུལ་དང་སྤྲུག་གསུམ་སོ་སོར་གོན། །འདི་ཡི་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ། ~~སྤྲུལ་~~ སྤྲུལ་  
 དེ་སད་སོང་རྩེ་མོས་འཇུས། །སད་གྱི་མ་ཟེ་བདག་ས་པ་སྟེ། །སོ་བྲག་སད་  
 དེ་ཁ་སྤྲུལ་བྲག། །ངམ་གྱི་མཐུད་ནས་སྤྲུལ་འབྱུག་ཡིན། ~~སྤྲུལ་~~ སད་  
 གྱི་གཉིས་ཀས་འཇུས་པ་ན། །འོང་ཆེན་ལྷ་འཇུས་འཁོར་རུ་བྲག། །སད་དང་  
 དམ་ནམ་འོང་དང་གསུམ། །མོ་བཐུད་འདི་ལ་ཆང་བ་ཡིན། །འདི་ཡང་བྲག་

གི་མེར་མ་ཡིན། །དེ་ནས་ན་འབན་བཏགས་པ་ལས།། ~~ཐུག་པའི་ཐུག་པའི་~~ ཐིག་ལྔ་  
 མོ་མོར་མོ་ཡིས་བཀུག། རྒྱུང་ཆེན་ཁ་འོད་རྒྱ་ཉིལ་བྲག། །ཡང་ན་རྒྱུང་བུམ་  
 བྲག་ཀྱང་ཟེར། །མོ་ཡོན་ས་རི་དཀར་པོ་བྲག། །བཙུག་ཅིག་སྒྲུབ་པོ་མི་ནག་འདུལ་  
 ན་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་བསང་མཆོད་བྱེད་ན་བཟང་། །གསུམ་ལ་བུ་ཆ་ནད་པ་  
 བདེ། །བཙུག་སུམ་དབང་ལུང་ཁྱེན་བཟང་།། ~~ཐུག་པའི་ཐུག་པའི་~~ ལུ་ལྔ་མེ་ཆ་སོང་བ་  
 ན། །རྒྱུང་ཆེན་རེ་འབུམ་ས་འབུམ་སྟེ་བརྒྱག། རྒྱུང་རིགས་བྲག་གི་ཆེ་བ་ཡིན།།  
 མོ་སྒོ་གོར་གྱིས་འབྱིལ་བ་དེ། །ཕྱི་ཡི་ལྷ་གས་རིས་འཁོར་བ་ཡིན། །ལུ་ལ་  
 དབྱིག་ལྔ་སོང་བ་དེ། །སངས་རྒྱས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྔ་ཡིན། །ཆེ་ལ་ལེའུས་  
 འཇུས་པ་དེ། །ལྷ་ཁང་མགོ་ཡི་གསེར་འབྲུ་ཡིན། །གཡས་གཡོན་གཉིས་ཀྱི་  
 ལེའུ་དེ། །ལྷུང་ཆེན་པོ་མོ་རྣམ་གཉིས་ཡིན། །ནང་གི་ལེའུ་གཉིས་པོ་དེ། །ནང་  
 གི་རྩོམ་གས་རྣམ་གཉིས་ཡིན། །དབུས་ཀྱི་བསམ་ཡས་ཆར་ཉིན་བབས། །  
 སངས་རྒྱས་སྟོང་ཅུ་བྱོན་དུས་བབས། །ཡང་ན་དེ་དག་འདས་དུས་བབས། །  
 བྲག་ལ་འདི་བས་ཆེ་བ་མེད། །བྲག་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཕ་རྒྱན་ཡིན། །བྲག་ཐུན་  
 རྣམས་ཀྱི་ཡང་ཁྱེས་ཡིན། །བརྒྱད་ཅུ་བྲག་གི་ལུག་དེ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བྲག་རིགས་  
 མདུད་པ་རྣམས། །རང་རང་དམིགས་བསལ་བཟང་བཤད་དང་། །བྲག་ལས་  
 དམག་རྒྱལ་མ་གཏོགས་པ། །སྤྱི་ལ་ངན་པའི་མོ་མདུད་ཡིན། །ལར་བྲག་གཡུང་  
 རྒྱུང་དང་པོ་གང་ནས་ཆད། །དང་པོ་ཆད་ལྷུངས་གཅིག་ལས་མེད། །སྤྱང་  
 གསལ་ལྷ་ཡི་ཡུལ་ནས་ཆད། །ཁ་ལྷུངས་ཡེ་ལ་མ་ལྷུངས་ངམ། །བྲག་ལ་འབུམ་

ཞོན་བྱས་པ་ཡོད། །བྲག་ལ་འབྲུམ་ཁྲིད་བྱས་པ་ཡོད། །བྲག་ལ་ཐང་དཀར་  
 གྱུན་འཛོལ་ཡོད། །བྲག་ལ་ཐང་ནག་ཐུར་འདུག་ཡོད། །བྲག་ལ་ཐང་སྐྱུག་  
 འཕྲེད་འཛོལ་ཡོད། །དཀར་པོ་རུས་པའི་མཆི་མ་ཡོད། །ནག་པོ་བགད་པའི་  
 ཁ་འཇུ་མ་ཡོད། །བྲག་ཆེན་ཟན་གྱིས་བསྐྱས་པ་ཡོད། །བྲག་ནག་སྒྲོག་པ་ཕྱིར་  
 བསྐྱར་ཡོད། །ལར་དམག་ཆེན་ཁྲོམ་ལ་བྲག་ཆེན་དགལ། །བྲག་གི་འབྲུམ་  
 ཞོན་འབྲུམ་ཁྲིད་ཡིན། །སྔོ་བྲག་རུ་ཐོགས་ཐང་དཀར་གྱུན་འཛོལ་ཡིན། །སྔོ་  
 བྲག་དང་འཕོ་མདུང་ཐོགས་དེ། །ཐང་སྐྱུག་འཕྲེད་ལ་འཛོལ་བ་ཡིན། །སྐྱུར་  
 བྲག་མགོ་པོ་ཐུར་བརྟན་རྣམས། །བྲག་གི་ཐང་ནག་ཐུར་འདུག་ཡིན། །སྔོ་  
 བྲག་དང་མའི་སྒྲོ་བརྒྱག་དེ། །དཀར་པོ་རུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །སྔོ་བྲག་ཐོད་  
 ལ་བརྒྱག་བཅས་རྣམས། །ནག་པོ་བགད་པའི་ཁ་འཇུ་མ་ཡིན། །རང་སར་  
 བྲག་ཆེན་བབས་པ་ཡི། །ཕྱི་སར་བརྒྱག་གི་གཡུང་བྱུང་ན། །བྲག་ཆེན་ཟན་  
 གྱིས་བསྐྱས་པ་ཡིན། །ལན་རྒྱུན་འབན་བབ་བན། །བྲག་སྒྲོག་པ་ཕྱིར་བསྐྱར་  
 བྱས་པ་ཡིན། །སྐར་ཆེན་ཐང་ལ་ལྟུང་བ་ཡིན། །ལར་བྲག་ཡིགས་ལན་དུ་དྲིང་  
 དྲིང་ན། །བྲག་མཐའ་མཆོ་ཡིས་བསྒྲོར་བ་ཡིན། །པ་ཆེན་ཡུལ་མཁར་བརྟེགས་  
 ན་བཟང་། །སྒྱིན་དྲིང་གུད་མགོ་གུད་གྱིས་མནན། །དག་འདྲེའི་མནན་པ་བྱེད་  
 ན་བཟང་། །གལ་བར་བ་སྒྲ་ལྷ་ཡིས་བབྱང་། །བྱ་ཡུན་ངམ་གྱི་སོལ་རི་ལ། །  
 གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་བདེགས་པ་ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་།  
 བྱ་བུར་ལུན་བར་ལྷ་བ་གསལ། །ལུ་ས་བདུང་རིལ་སྒྲན་སྡོང་སྒྲེས། །ཕ་ཆོ་

བྲག་ལམ་དུང་དར་བཅུགས། །ཁ་ཉེན་ཁང་གཞིས་འཕྲོག་ན་བཟང་། །སྒྲོ་ཆོ་  
བདུད་ཀྱི་ལ་དགུ་ལུང་དགུ་ལ། །ཕྱ་ཡི་རྟ་ལམ་དོད་པ་ཡིན། །དམག་ཆེན་ལམ་  
གསར་བཏོད་ན་བཟང་། །དམུ་དག་བ་སྒྲ་རྒྱལ་བུས་བཟུང་། །སྒྲིར་དཀར་ཕུ་  
ཡི་ལྟ་རི་ལ། །སྒྲོན་པའི་འབྲི་མཁར་ཚུགས་པ་ཡིན། །མི་གངས་མང་པོ་འཕེལ་  
བའི་ངོ་། །ཆོལ་ཆོང་མ་གྱི་སོལ་རི་ལ། །སྒྲོན་པའི་གཡུ་འོད་ཁེབས་པ་ཡིན། །  
ཁྱུང་བརྒྱུང་བྲག་ལ་ཁྱུང་ཆང་བཅས། །དཔོན་པོ་བཟང་པོ་འཆོལ་ན་བཟང་། །  
ཨ་ཁད་གཏམ་ངན་རྒྱས་པའི་མཐར། །གཏམ་སྒྲན་སྒྲིང་དགའ་གཉིས་ཀ་ཐོབ། །  
ཁ་མཚུ་ཆེན་པོ་གཏམ་ན་བཟང་། །རང་སྒྲན་ལ་སོགས་སད་ཁམས་ན། །ཕུ་  
ཡི་ལྟ་བྲག་ཅེ་མཐོ་ལ། །དག་སྒྲའི་དཔའ་རྫོང་ཐེབས་པ་ཡིན། །བཅན་པོའི་  
རྫོང་མཁར་འཛིན་ན་བཟང་། །བྲག་བཅན་ལྟ་རུ་བརྟེན་ན་བཟང་། །ཁས་  
ཉན་འཐབ་ར་བཅའ་ན་བཟང་། །སྒང་ཟེ་ངམ་གྱི་སོལ་རི་ལ། །སྒྲོན་པའི་སྒ་  
སྒྲིན་འཆོས་ཞེས་བཟང་། །བྱོད་ཕུར་གཡའ་སྒང་བདུད་ལས་ཐར། །འཁྲིང་བུར་  
ངམ་གྱི་སོལ་རི་ལ། །སྒྲོན་པའི་ཕྱག་རྒྱས་བཏབ་པ་ཡིན། །ཡར་དོང་བྲག་ལ་  
གིང་ལ་རྒྱས། །དབུལ་པོ་མོར་འཆོལ་འགོ་ན་བཟང་། །གསེར་རྟོག་ར་གསུམ་  
རྟེན་ངོ་ཡིན། །སུམ་མཉམ་བྲག་ལ་བརྒྱུ་ལམ་དོད། །ལམ་གསར་འཇུགས་  
དང་འགོ་འདུག་བཟང་། །ཅོར་བྲག་གི་ཁྱུ་མཁར་ཚུགས། །མི་གངས་མང་དུ་  
འཕེལ་ངོ་ཡིན། །གཡུང་དུང་བྲག་གི་ལྟ་དང་འཕྲད། །ཁྱེབ་བྲག་ལ་སྒྱུང་མདའ་  
བཅུགས། །དེ་ལོ་དོམ་གྱི་སོལ་རི་ལ། །སྒྲོན་པའི་གསེར་ཅི་རྒྱས་པ་ཡིན། །

ལྷག་པོ་དག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །དུ་དབལ་བྲག་ལ་གཙུག་མཁར་བཙུགས། །  
གཡས་བརྒྱག་བཟང་མེ་བྲག་ལ་གཡང་ཞག་ཆགས། །སྒྲུམ་གྱི་བཟང་རིགས་  
བྲག་མཐའ་ཚུལ་ཡིས་བསྐྱོར། །མངས་ཀྱི་བཟང་རིགས་བྱ་ངན་མཆི་མ་སྒྲུམ། །  
ཤི་འཕྲོ་ཆོད་ཅིང་མི་རབས་འཕེལ། །དེ་རྒྱམས་བཟང་བའི་མོ་བབ་ཡིན། །བྱ་  
རལ་མཐའ་ལ་བྱི་ཤི་ཡིན། །ལི་ཡན་བྲག་ནག་རྒྱུད་གིས་བྱིར། །མར་ལྷིང་  
བྲག་ཆེན་ཐུར་དུ་གཏོབ། །སྒོ་བར་ཐབས་ཀྱི་ཁ་རྒྱངས་འགྲུལ། །སོ་ཡོན་བདུད་  
རིར་ཐུན་པ་འཕྱིགས། །རུ་སོད་རྒྱང་འདྲེ་བདེ་སྦྱིད་ཚུགས། །མི་ཁོག་བདུད་  
ཆེན་ཞུགས་པ་ཡིན། །མ་ཟེ་སྟག་སྒྲིན་ནང་ཐུག་བྱུང་། །ན་འབན་སྒྲར་ཆེན་  
ཐང་ལ་ལྷུང་། །བྲག་རིགས་གྲོད་སྒོར་གྲོད་ཀྱིས་མནན། །སྒྲུམ་སྒོན་པ་མེས་  
མཚུན་གྱི་བམོ་ཡིན། །སྒྲིང་སྒྲིང་མེ་ཡི་དོད་མར་འགྲུལ། །བག་ལྷི་དངོས་གྲུབ་  
རྒྱག་གི་ཁ་རྒྱངས་ཡིན། །སེ་སྒོད་བྲག་གི་སྒོ་འགྲོད་ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་བྲག་གི་  
འཕོར་ཁུང་ཡིན། །མ་བརྒྱག་བྲག་གི་མཐའ་མིག་ཡིན། །དེ་རྒྱམས་ངན་བའི་  
མོ་བབས་ཡིན། །བསྐྱོག་པ་མདོས་ཆོར་གྲུད་བོར་དང་། །ལམ་བསལ་སོལ་  
བྱེ་མར་མེ་འབུལ། །སྒྱིར་སོ་བྲག་སྒྲིང་འགྲོད་སྒོར་དོ་ཡིན། །སྒོ་བྲག་ཁ་འགྲོད་  
བྱེད་མི་ཡིན། །ཁྲོད་བྲག་སྒྲི་མདུད་བྱེད་མི་ཡིན། །དེ་རྒྱམས་ཀྱི་ཁི་སྒྲེར་གཏོ་  
ལ། །ཀྱེ་བའི་བྲག་རིགས་བྱུང་བ་ན། །རྟེན་པོ་དང་གསུམ་གྱི་སེལ་བྱ། །ལྷ་  
ལ་མཆོད་བརྟན་མང་དུ་བྱ། །དེ་རིག་བྲག་ལ་བྱི་ར་ཐག་སེལ་བྱ། །དག་ལྷ་  
མཆོད་པ་མང་དུ་བྱ། །དུ་དབལ་བྲག་ལ་སྒྲུང་སེལ་དུ་ཕོད་བྱ། །ལྷ་བཙུན་

དང་ནི་བསང་མཆོད་བྱ། ཟླ་རའི་བྲག་ལ་རྟ་དེལ་བོད་གསུམ་ཕྱིན། ཁེལ་བྱ་  
བདུད་ཀྱི་བཅོས་ཀ་བྱ། ཁང་བྲག་བ་སེལ་སྤང་སེལ་བྱ། འདྲ་བྲ་ཡུལ་ལྟ་  
བཅོས་བར་བྱ། ཞལ་ཁད་བྲག་ལ་ལྟ་ཁམས་བཅོས། གཙུག་རྟོར་རི་མང་  
སྒྲོགས་བར་བྱ། ལྷུང་རྩ་ཡུག་གཞུགས་མང་པོ་གཏོང་། བྱ་རལ་བྲག་ལ་བྱི་  
སེལ་བྱ། བྱི་ར་ཕག་གསུམ་ས་སྒྲོག་ཅང་། སྒྱེར་བྲག་བ་མགོ་བཙུགས་མ་  
གྱིས། ཁེལ་བྱ་གཏོ་སྒྱུ་དཀར་ནག་བཙུགས། བྲག་འཁྱིམ་བུ་རྣམས་ལ་སྤྱང་  
དང་མ། སྒྱེད་ཁུང་མཛོལ་བཀལ་ལ་བོར། གལ་བར་བྲག་ལ་སྤང་སེལ་བྱ།  
རྟོར་བྲག་ཕག་ཐོད་བྱི་ཐོད་མཐན། ཡུག་གཞུགས་སྤྱང་རྩ་བཏང་བར་བྱ། །  
སྒྲོ་བྲག་རྟ་ཐོད་རུ་རྒྱས་བྱ། གཏང་སེལ་བདུད་བཅོས་མང་རྩ་བྱ། སྒྲོ་བྲག་  
ཕག་སེལ་ཕག་ཟུབ་བྱ། ལམ་བྲག་ནག་མར་གཏོ་ནག་པོས་བཅོས། མར་  
གཏོ་བཅོས་རྒྱག་པོར་བས་བྱབ། གཤིན་རྗེ་ལག་ན་ཞགས་བ་ཅན། མདོག་  
ནག་འཛིགས་བ་བཅས་བྱས་ལ། གང་གཞོད་སྒྲོགས་སྤུ་བསྒྲོག་སྟེ་བད། །  
གཞན་ཡང་བསྒྲོག་གཏོ་རི་འོས་བྱ། སྒྲོ་བྲག་འཕར་བ་འདྲ་བ་དེ། བཙུ་པོ་  
མན་ཆད་གར་བབས་ཀྱང་། བཙུ་གཅིག་དམུ་བྲག་བྱ་རལ་ན། སྒྲོ་བྲག་སྒྲོན་  
ཤུག་ཅེ་དང་བྲལ། ལ་ཐོད་ཅེ་ལ་མུན་བ་འཁྱིགས། ལས་བྲས་བ་ཐོག་རྩ་མ་  
སོང་ཞིང་། ཁོར་བསགས་བ་རང་ལ་མི་ཕན་པར། བུ་སྒྱེས་བ་གཏིང་ནས་  
རུལ་བ་ཡིན། གཏོ་ལ་བསྒྲོག་བ་རི་མང་བྱ། སྒྲོ་བྲག་འཕར་བ་འདྲ་བ་རྣམས།  
བཙུ་པོ་མན་ཆད་གར་བབས་ཀྱང་། བཙུ་གཅིག་ད་ལོག་གཡུ་བྱ་ན། སྒྲོ་

བྲག་སྒོན་ཕྱག་ཅེ་དང་འཕྲད། །སྒྲུ་མཁར་ནང་དུ་རྒྱལ་བ་བདེ། །བྲག་རི་  
 དམངས་ཀྱི་རྫོང་མཁར་ལ། །སྒོན་པའི་དབལ་མདུང་དབལ་དར་ཚུགས། །  
 རྒྱལ་པོ་གཅིག་གིས་ཡུལ་གསུམ་སྤྲད། །དཔའ་བོའི་དབའ་དར་ཚུགས་པ་  
 ཡིན། །ཞེར་མའི་མགོ་ལ་སྟག་འབྲུ་བཅུགས། །སྒྱིད་དགའ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་  
 བཟང་། །སྟག་བསྐལ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །བྱི་མ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། །  
 རྩོ་བྲག་སྤྱང་ལྟོགས་འདྲ་བ་དེ། །བཅུ་པོ་མན་ཆད་གར་བབས་ཀྱང་། །བཅུ་  
 གཅིག་སྟེང་གི་ན་འབན་ན། །རེ་འཛོལ་བརྡལ་ལ་བསང་བ་ཡིན། །སྩོ་བྲག་  
 དུ་གཉན་མཁར་དང་བྱེ། །ལ་ཐོད་ཅེ་ལ་ཐུན་པ་འབྲིགས། །སྟེ་ཆེན་གཅིག་  
 ལ་ལིང་ལོག་འབྱུང་། །རྫོང་རལ་པ་ཅན་དེ་བཅུ་གསུམ་བརྒྱལ། །གཙོ་བོ་བསང་  
 བས་དབང་བོ་ཤོར། །དཔའ་བོ་བསང་བས་གོ་བྲབ་འཕྲོག། །སྟག་པོ་བསང་  
 བས་དཀོར་ལོར་བྱེ། །བྱི་མ་བཏབ་དུག་ཀྱན་ལ་ངན། །ཡུལ་བྱང་གཅིག་གི་  
 མོ་ལ་བཟང་། །མཆེར་ས་སྒོས་བས་ར་འོ་བོག། །རྒྱལ་པོའི་མོ་ལ་སྟག་བར་  
 ངན། །རྒྱལ་པོས་སྤྱང་སྟེ་ཁུར་བའི་ངོ་། །གཏོ་ལ་གྱི་བྱུབ་གྱི་འདྲེ་བཀར། །  
 བོང་བྱ་བོར་ལ་སྒྱུན་ཐེག་བྱ། །གཙོ་བོ་སྤྱང་སྟེ་ཁུར་བས་སྒོང་མོ་བྱ། །སྩོ་བྲག་  
 སྤྱང་ལྟོག་འདྲ་བ་དེ། །བཅུ་པོ་མན་ཆད་གར་བབས་ཀྱང་། །བཅུ་གཅིག་གྱི་བ་  
 གྱི་ལེ་འོད་དཀར་ན། །སྩོ་བྲག་ཡེ་བྲག་དངོས་དང་ཕྲད། །འབྲོས་རི་མཐོ་ལ་  
 བཅོན་རྫོང་མཐོ། །ལ་ཁ་མཐོ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །རྒྱལ་པོ་གསུམ་དེ་འཛངས་ལ་  
 འགུན། །དཔའ་བོ་གསུམ་དེ་དཔའ་ལ་འགུན། །མཁྱོགས་པ་གསུམ་དེ་བང་

ལ་འགྲན། །ཁྱུང་ཆེན་དཔག་བསམ་ལྡོན་དང་འཕྲད། །ཁྲིད་སྤྲུག་སྤྲུག་ས་ཀར་  
གཟན་དང་འཕྲད། །རྒྱ་སྤྲུག་འགས་ཚལ་གླིང་དང་འཕྲད། །དེ་ཡང་སྤྲུག་བསྐལ་  
ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །སྤྲུག་ལ་ཟད་བ་མེད་བ་ཡིན། །གཞན་མ་ཅི་ལ་བཏབ་  
ཀྱང་བཟང་། །

༩ ད་ནི་སངས་ཀྱི་སྤྲེ་ཆོན་བཤད། །སངས་ལ་མང་དུ་མཆིས་ན་ཡང་། །སྤྲོ་  
སངས་དང་ནི་སོ་སངས་གཉིས། །ལར་སངས་རིགས་བྲག་ལས་བཅའ་བར་  
བྱ། །བྲག་གཞིར་བཞག་ནང་ནས་གཅིག་ཡར་བ། །སངས་ཡིན་དེ་ཡང་བྲག་  
གི་ནི། །སྤྲེ་ཆོན་རིམ་བ་བཞིན་དུ་བརྟན། །དང་པོ་སྤྲོ་སངས་དབྱེ་བ་ལ། །




སྤྲོ་སྤྲུམ་ཐིག་གུ་གཅིག་གིས་འབྲེལ། །གཅིག་ནི་ས་ལ་ལྟུང་གྱུར་  
བ། །ཤེ་ཟ་གསུ་འཕྲུ་སངས་བ་ཡིན། །དེ་བཞིན་འོག་མ་ཀུན་ལ་ཡང་། །  
བྲག་གི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྦྱར། །འདི་སྤྲོ་ཁྱུང་ཀུན་རྒྱལ་བ་མར་ནམ་སངས། །  
བྱ་དཀར་གྱི་བ་མ་ནག་བ་ཡིན། །སངས་ཀྱི་ནང་ནས་བྲག་གཅིག་ཡིན། །  
གཏམ་ངན་འཕྱིན་བ་སྦྱེལ་བའི་སངས། །ནད་བའི་མོ་ལ་དུར་བྱ་ཡིན། །དམག་  
ངག་གཉིས་ལ་བཅོན་སར་ངན། །དམག་དཔོན་གཏམ་ངན་ཁྲེལ་གྱིས་ཤོག །  
དམག་མི་སྤྲུགས་བཞིར་འཐོར་བ་ཡིན། །དམག་རྩ་ཡོད་རྒྱང་ཐང་མེད་བ་ཡིན། །  
རྒྱན་མར་སོང་ན་འཁོར་གསུམ་འཆེར། །འབྲོག་བ་ཡིན་ན་གྱོད་ཆེན་འོང་། །  
ཡུལ་བ་ཡིན་ན་སེར་བའི་ངོ་། །སྦྱིས་བྱ་ཆོ་ཟད་མནངས་ནས་ཤི །དར་མ་ཆོ་  
ཟད་སྤྲང་གིས་བསང་། །བྱད་མེད་ཆོ་ཟད་ལྷེ་བས་ཏེ་ཤི །རྩ་མོ་ཆོ་ཟད་འདམ་





ཤེལ་དཀར་སྟོང་གཡོགས་སྟེང་དུ་དགིས། །ཕྱག་ན་དུལ་དཀར་མེ་ལོང་  
 བསྐྱམས། །བུལ་བས་སྒྲུང་སྟོང་ས་ལེར་མཐོང་། །ཀྱན་མཐོང་ཡེ་མཁུན་  
 སྐྱུན་ཚོ་ཡིན། །ཕྱི་སར་རྒྱ་ཞིབ་སྟོ་བྲག་ནས། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་འདི་བབས་  
 བ། །གཡུ་འོད་ནམ་མཁའི་གྲར་ཁང་ནས། །ཀྱན་མཐོང་སྐྱུན་ཚོ་ཆང་ནས་  
 བཞེངས། །ཡོ་མ་རྟ་ལ་རྟ་ཆོད་བྱས། །བཞོག་གསུམ་དུ་བབས་བ་ན། །མི་  
 རོར་གཉིས་ཀ་འཕེལ་བའི་ངོ་། །དེ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་སོང་བ་ན། །སེང་གའི་  
 རྩ་གྲུ་ཆང་སངས་ཡིན། །ཡར་ནམ་འབྲུག་ཁྱུང་ཁ་སྟོང་སངས། །རྩ་བོ་གྲུ་དང་  
 གཟིངས་གྱི་བྲ། །བྲག་པོ་ཆེ་ཡི་འཛེགས་སྐྱས་ཡིན། །ཁྱི་ཆོ་དགུ་ཡི་མགོ་ལོན་  
 ཡིན། །དམག་ཆེན་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁ་ཡིན། །རང་སའི་བཙན་ས་རྣམས་སྟ་  
 གཅིས། །ཕྱི་སར་ཤོར་ནས་ནང་ལད་ན། །དག་རྒྱལ་ཟུན་གྱི་པ་རྩུས་འཆོར། །  
 དམག་ཉིས་གནང་ཤོར་འོང་ངོ་ཡིན། །སྟོ་བརྒྱག་ཅང་སེ་རྩ་གྲུ་རང་རྩས་འགག།  
 སྐྱུང་སེ་འགག་པའི་འགག་ཐག་ཡིན། །དབང་ཐུས་ཞབས་སྟུ་མགྲོགས་གསུམ་  
 ཐུག་ །རྟ་འགྲེལ་མི་ཐུས་ཁྲེལ་ངོ་ཡིན། །རྩ་གྲུ་གཉིས་ལ་ནེ་ཆ་སོང་མེ་ཆ་རྩ་  
 ཡི་ཆ་ཆ་བརྒྱག་ །ཁོ་རྩ་དུང་མི་རྩ་དཀར་དང་། །ཅང་སེ་མི་མགོན་དཀར་པོ་  
 གཉིས། །དང་མཁའ་དཀར་པོ་དུང་མགོ་གསུམ། །རྩ་ཞལ་དུས་གཅིག་འཛོམ་  
 བ་ཡིན། །རྩར་བས་ལའ་ལ་དམག་དངས་ཡག། ~~རྩར་བས་ལའ་ལ་དམག་དངས་ཡག།~~ སྟེང་རྩ་གྲུ་གཉིས་  
 ཀས་སྟོ་ལ་འཇུས། །ཟངས་སྟོ་ཡོ་ལག་ཟས་གྱི་སངས། །བྱ་ལྷམ་མ་རབས་  
 སྐར་སངས་ཡིན། །སྐྱང་མ་སྐྱང་ཅི་དུག་བས་སངས། །འདི་ཡང་སངས་གྱི་

དུག་དོ་ཡིན། །ཕྱི་སར་དུག་གི་ཕྱག་ཚང་ཡིན། །རང་ས་ལོ་མལ་གར་བབས་  
 གྲང་། །དུག་ཆེན་ཁོང་དུ་སོང་བྱིན་ཡིན། །ཅེ་མོར་བབས་ན་མ་བྲོས་ཡིན། །  
 ཏ་ལྷ་ཏ་ཤི་སྒྲ་ཆག་ཡིན། །ཁོར་ལྷ་ཐང་བར་རྒྱ་ཆགས་ཡིན། །མ་གྲོན་ལྷར་བཏབ་  
 བ་རྩྱེད་དོ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྲུང་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །ཡོ་ལག་བདག་ར་བེའུ་སངས། །  
 བདག་ར་ཁོང་གི་བེའུ་འདྲ། །གཞི་ལྷར་བ་ཁོག་གར་བབས་གྲང་། །ཐལ་བའི་  
 བང་ནས་གཡུ་སྒྲིད་ཡིན། །སྒྲུབ་རུལ་མར་བུ་བཟང་སྒྲུང་དོ་ཡིན། །དམག་ཇག་  
 གཞིས་ལ་བཅོན་སར་བབས། །ཕྱི་སར་སྒྲོ་རྩ་བབས་བ་ན། །བྲག་ཐོག་སྒྲང་  
 ཐོག་ཅེ་མོན་ས། །ནང་ནོར་གནངས་སུ་ཐོབ་དོ་ཡིན། །ཕྱི་སར་ཤོར་ནས་ལན་  
 ལད་ན། །ནང་ནོར་ཕར་ལ་ཤོར་དོགས་ཡོད། །ནད་བའི་མོ་ལ་ལྷག་པར་དན། །  
 བྱ་སྒྲང་སྒྲུལ་གསུམ་ལོ་བ་འཆི། །ལག་ལུག་ཡོས་གསུམ་ལོ་མལ་བབ། །མི་  
 རོར་འཕེལ་བའི་རྩེ་ཡིན། ། སྒྲོ་ལ་སྒྲུག་གསུམ་གྱིས་འཕྲས། །  
 གཅིག་ལྷང་སྒྲོ་བར་དཔལ་རུ་ཡང་རིང་སངས། །སངས་ཆེན་རྒྱལ་གྱི་མདུང་  
 འཛིན་ཡིན། །སངས་ཡང་དག་གཟུགས་རིང་ཁུྱོ་བེར། །ཡང་ན་ཅེ་ར་ལུན་  
 རུམ་རྩ་མཐའ་སངས། །རྩ་བརྒྱ་དག་ལ་ཤོར་བའི་སངས། །ཕྱི་ནང་གར་བབས་  
 ཡེ་འདྲོག་ཡིན། །སྒྲོ་བརྒྱག་ལུན་རུམ་རྩ་ལྷོས་སངས། །རྩ་བརྒྱ་ཤི་བའི་རོ་ཐོག་  
 དེར། །ཁོད་པོ་སྒྲེར་འཛིན་བྱེད་དོ་ཡིན། །ཅེ་ར་ཅེ་ལ་སངས་གྲང་བེར། །ཅེ་  
 ར་ལུང་མ་བཞི་འདུལ་སངས། །ཅེ་ར་ལུན་རུམ་པར་བུ་སངས། །ཅེ་ར་གཡུ་  
 རལ་སངས་གྲང་བེར། །བརྒྱ་གཅིག་རྩ་མོ་དག་ལ་བཟང་། །བརྒྱད་དབུལ་

བོས་ལ་བཅས་གསོན་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་རྒྱལ་འཛོམས་བྱེད་པར་བཟང་། །  
~~ཐུགས་སྦྱོར་གསུམ་པོའི་དབུས་སུ་ཟེན་གྱུར་ན།~~ །སྒོ་བར་དབུས་ལོང་དོ་རྩེ་  
 སངས། །འཁོར་ལོ་བརྒྱར་རྒྱལ་ཕྱག་རྒྱ་སངས། །སངས་ཆེན་གངས་དཀར་  
 ཅེ་མཐོན་སངས། །འདི་ཡང་དག་སངས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཡིན། །འདི་གསེར་  
 རྒྱང་གཡུ་གཤོགས་སྟག་རིས་སངས། །སངས་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཚོ་དོར་ཡིན། །  
 སྒོན་པ་སྤྱིད་པའི་སངས་ཆེན་ཡིན། །མགོ་བོ་གསེར་ལ་རྩ་ཅོག་གཡུ། །ཁོག་སྟོད་  
 གསེར་ལ་ཁོག་སྟོད་གཡུ། །གཤོག་པ་དུང་གི་འཁོར་ལོ་ཅན། །མར་ལ་ངོམ་གྱི་  
 ཡུལ་དུ་ལྷིང་། །ངམ་ཁམས་ནག་པོ་ཆམ་ལ་ཐབ། །བ་ཁོག་གསུམ་དུ་བབས་  
 བ་ཡིན། །ཡར་ལ་སྒོན་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེབས། །སྒོན་ལ་ཕྱགས་པའི་སངས་ཆེན་  
 ཡིན། །དག་གཞི་གཉིས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །རག་པ་རྟ་ལ་རྒྱག་ན་བཟང་། །  
 རང་སའི་བཅན་སར་བབས་ན་ཡིན། །ཕྱི་སར་སྒོ་བྲག་སོ་བྲག་དགོས། །དག་  
 ཡི་དམག་དཔོན་སུམ་ཅུ་སོད། །སྒོན་མོ་བྲབ་ལ་ཡོ་བཤུས་བྱེད། །འདི་ཡི་སྒོ་  
 ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །གསེར་རྒྱང་གཡུ་གཤོག་ཅི་བཅིངས་སངས། །སངས་  
 རུས་པ་བཟང་སྟེ་སྟེ་བ་འགགས། །སངས་ཀྱི་འགགས་ཐག་ནག་པོ་ཡིན། །  
 ཕྱི་ས་ཡུལ་བཞིར་བབས་པ་ན། །དག་དམག་རི་འདུག་ཐར་གྱིས་བཏང་། །  
 སངས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རྟེན་པ་ཡིན། །རང་སའི་བཅན་སར་དག་གཞི་ཀུན་ལ་  
 རན། །ལར་གསེར་རྒྱང་གཡུ་གཤོག་སྟག་རིས་འདི། །ཁྱེས་པོ་དགུང་སྒོན་  
 གནམ་ལ་བྱས། །མ་ནི་དོག་མོ་ས་ལ་བྱས། །མ་ནི་གིང་རིགས་ཡོངས་ཀྱི་བྲ།

མ་ནི་ཁུ་རྒྱུད་གཉིས་ལ་བྱས། །བྱང་རང་སངས་ཀྱི་རྩེ་ལྷུ་ཡིན། །སངས་དབྱིག་  
 ཐོགས་ནམས་ཀྱི་མཆོན་ཆ་ཡིན། །སྒྲོབ་བྱེད་ནམས་ཀྱི་གོ་ཆ་ཡིན། །ཆོ་སྒྲོག་  
 འཆོ་བའི་རྩེ་ལྷུ་ཡིན། །གཅིག་ལ་ཡ་རབས་མི་རྒྱུད་འཕེལ། །གཉིས་ཤར་  
 སྒྲོགས་རྒྱ་ནས་འཕྲིན་ངན་འབྱུང་། །སངས་འགོ་འདོད་བྱ་ལམ་སྤེལ་ཡིན། །  
 གསུམ་གཤོག་རྩ་གཡས་པ་གསེར་ལ་བྱས། །བཀའ་ཆེན་འབུམ་སྡེ་བཞེངས་  
 བ་བཟང་། །ལྟ་ཁང་བྱུང་མགོ་འཇུགས་ན་བཟང་། །སྟག་ལོས་ཁྲིམ་གསར་  
 འབུབས་ན་བཟང་། །སྟག་ནགས་དང་འཕྲད་དུས་འཕྲིན་སྟན་སྒྲབས། །ཁ་  
 མཐུ་ཞལ་ལྟེ་གཅོད་ན་བཟང་། །སྤྱོད་གྱིས་ཀྱང་ཉིན་སྤྱེད་འདུམ། །སྤྱོད་འདུན་  
 མ་འགྲིགས་ངོ་ཡིན། །གཞི་གཡུ་གཤོག་ཡེ་ནས་སྡོ་བ་ལ། །མཆོ་ཁར་སྤྲོན་ན་  
 དེ་བས་སྡོ། །གཡང་གི་མཆོ་མོ་འབྱེལ་བ་ཡིན། །འདི་ཡི་བརྒྱུད་ལ་དིང་དིང་  
 བ། །ཡུལ་ཁུ་མཆོ་དང་འཕྲད་བ་ཡིན། །བྱུང་བར་སྒྲུན་བཞིའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 གཡང་ལེན་ལྟ་གསོལ་བྱེད་ན་བཟང་། །སྒྲུང་ཅི་ལེན་ཁར་ལེགས་བ་ཡིན། །  
 ལྟ་སྡོ་སྒྲོགས་སྤྲོན་གྱི་ཡོལ་བ་དེར། །སྒྲུ་མིང་ལ་སྒྲོ་དར་བ་ཡིན། །ཁོར་གཡང་  
 ཅན་རྩལ་གྱི་ཆ་གཡང་ཉམས། །འདི་ཡི་བདུན་ལ་སྒྲིང་དིང་ན། །ཆ་གཡང་  
 ཤོར་ཀྱང་ཁོར་དུ་ལོན། །འགོ་འདོད་མགོན་པོའི་ལམ་སྣ་བགགས། །སྡོ་རུ་  
 འགོ་འདོད་ཤོལ་བ་ཡིན། །རྩག་གཤོག་རྩག་ཆང་ནས་རྒྱས་བ་ལ། །དགུང་  
 སྡོན་ནས་ཆར་ཆེན་མ་བབས་དགོས། །དེ་ཡི་བདུན་ལ་སྒྲུམ་སྡོན་ན། །དགུང་  
 བས་ཆར་ཆེན་བབས་བ་ཡིན། །གཞིས་ཆེན་གཅིག་ལ་ཁ་རྩག་བྱས། །ཁ་རྩག་

འདུན་པའི་དགྲུགས་ཤིང་རེད། །ཁྱད་པར་བག་མ་ལེན་ཉིན་ཆད། །བདུན་  
 སྒྲུང་བུའི་གཤོག་པ་རང་སང་རྒྱས། །སྒྲུང་ཅི་ཆོལ་འདོད་ཟས་དང་འཕྲད་པ་  
 བློ། །ལན་དུ་དིང་དིང་བརྒྱག་བཟང་དགོས། །དེ་ཡི་བརྒྱད་ལ་སྒྲོ་བར་ན། །  
 སྒྲུང་བུ་འགོ་འདོད་གྱོད་ལ་ཐོགས། །སྒྲོ་སྒྲུ་མང་བས་འབྱུགས་པ་འོང་། །  
 བརྒྱད་སྒྲོན་པ་ཆེ་དུག་གཏམ་སྒྲན་བསྒྱུལ། །ལས་ཆེ་དུག་གོང་བ་འཛིན་པ་  
 དང་། །སྒྲོ་དང་འདུན་མ་དཔྱོད་ན་བཟང་། །གཤོག་དུག་ཆང་ནས་རྒྱས་པ་  
 ཡིན། །ཁྱད་པར་སྒྲོ་ལྷག་གཏང་ན་བཟང་། །འདི་ཡི་ལན་དུ་སྒྱིད་དིང་དང་། །  
 སྒྱིར་དང་གལ་བར་བབས་པ་ན། །སྒྲུང་བུ་འཕྲུང་འདོད་དོད་དང་ཐུག་ །དོན་དེ་  
 ལ་ཕྱི་བཤོལ་ཆེན་པོ་འོང་། །དགྲུ་གཉན་སྒྲོང་འཕྲིན་པ་སོ་སོར་གྱེས། །རྒྱལ་  
 །ཁ་རང་གིས་ལེན་བསམས་ཀྱང་། །ཕྱི་དག་ཟ་འདོད་མི་ལ་ཤོར། །ཟིམ་འགོ་  
 འདོད་སྒྲུང་བུའི་ལམ། །གཏམ་རན་འཕྲིན་པ་སྒྲེལ་དོགས་ཡོད། །དེ་ལན་  
 བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་ཡིན། །བརྩ་གསེར་སྒྲུང་འགོ་འདོད་ཆང་དུ་སྒྲིབས། །མ་  
 བུ་འཕྲད་འདོད་མཇལ་བ་ཡིན། །ལན་དུ་བུ་བརྒྱག་བཟང་སྒྲེ་བྱུང་ན་རེས། །  
 ལན་དུ་སོ་ཡོན་བབས་པ་ན། །མ་བུ་འཕྲད་འདོད་གྱོད་དང་འཕྲད། །བྱ་ལོ་པ་  
 ལ་གྱོད་དོ་ཡོད། །བརྩ་གཅིག་སངས་ཀྱི་བྱ་ལམ་འགྲིམ་པའི་ཆོ། །གཏམ་སྒྲན་  
 བྱ་ལམ་ཕྱེ་བ་ཡིན། །གཏམ་སྒྲན་ཕྲིན་པ་སྒྲེལ་བ་དང་། །བྱ་གཏང་རྫོད་འཕྲུ་  
 འཕྲུགས་ན་བཟང་། །མི་རབས་བརྩ་གཅིག་གཏམ་སྒྲན་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་  
 ངམ་རྗེའི་འཕྲིན་ཐག་དེ། །དག་ཟུན་གཉིས་སུ་འབྲེལ་བ་ཡིན། །ཕྱི་ས་ལད་



ན་གཏམ་སྟན་ཡིན། །རང་ས་ལད་ན་གཏམ་ངན་ཡིན། །གཏམ་ངན་ཐིན་པ་  
 རྒྱུལ་ན་བཟང་། །ལག་ལོ་པ་ཡི་ཆོ་མདའ་ཡིན། །ལར་ཁྱི་སར་ཤོར་དུ་མི་རུང་  
 རོ་། །བརྩ་གསུམ་སྤྱང་ག་ཤོག་གཡས་པ་གསེར་ལས་བྱས། །གསེར་རིན་ཆེན་  
 གྱེ་བ་རང་ཤག་ཡིན། །སྤྱང་ག་ཤོག་གཡོན་པ་གཡུ་ལས་བྱས། །གཡུ་རིན་  
 ཆེན་ད་རོག་རང་ཤག་ཡིན། །སྟག་རི་མོ་བརྩེགས་པ་ཀུན་ལ་གྲུབ། །སངས་  
 འཕྲོར་བསྟུང་པའི་དཔོན་པོ་ཡིན། །ལར་གཞི་འཛིན་བཅན་སར་བབས་པ་ན།  
 །གཏམ་སྟན་འོར་བ་ལག་ཐེག་ཡིན། །བཞིག་གསུམ་དུ་བབས་པ་ན། །མི་  
 རྒྱུད་འཕེལ་ལ་རྒྱེ་བ་བཟང་། །ཁྱི་ས་ཡུལ་བཞི་གར་བབས་གྲུང་། །གཏམ་  
 ངན་འཕྲིན་པ་རྒྱུལ་བ་དང་། །དུན་དུན་ནད་པར་ལྟག་པར་ངན། །བཟང་པོ་  
 འདི་རྣམས་ངེས་པ་ལ། །རང་སར་དིང་དིང་མཆོ་མོ་དང་། །བརྒྱུག་ཁ་བཟང་  
 པོ་དགོས་པ་ཡིན།། ~~མཐའ་གཉིས་དག་གིས་ཟིན་གྱུར་ན།~~ །སྟོབར་རུ་ཐོག་  
 གྲུང་རུ་སངས།། ~~མཐའ་གཉིས་དག་གིས་ཟིན་གྱུར་ན།~~ །སྟོབར་རུ་  
 ཐོག་དབལ་རུ་སངས། །སངས་ཆེན་ཞེ་སྤང་མེ་དབྱེད་སངས། །འབུམ་སྡེ་  
 སངས་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཡིན། །ཡང་ན་རྩེ་ར་ཕེུ་རྒྱུང་ཤིང་ལོ་སངས། །བརྩ་  
 གཅིག་མཁས་པ་ཆེག་རྩོམ་བཟང་། །བརྒྱུད་ལ་དབུལ་པོ་ནོར་ཆོལ་བཟང་།  
 །གཅིག་དང་གསུམ་ལ་ཡ་མར་བཟང་། །བརྩ་གསུམ་རྟ་ཉི་བྱེད་ན་བཟང་། །  
~~མཐའ་གཉིས་དག་གིས་ཟིན་གྱུར་ན།~~ །རྩེ་ར་སྟེ་ཁྱུག་དག་གི་ནི།  
 །ཆོར་ཁོང་དགུ་ཁྱི་སངས་ཞེས་བྱ། །ཉིན་གྱི་བྲག་དཀར་རྩེ་མཐོ་ལ། །བྱ་རྒྱལ་

མོད་ཀྱི་ཚང་ལེགས་པོ། །ཡང་ན་ཅེ་ར་ཡུང་མ་ཁ་ཁྱལ་སངས། །ཅེ་ར་དབྱི་  
ཐར་སངས་ཀྱང་ཟེར། །བཙུག་ཅིག་གི་ཁོད་ལྷ་དར་བཟང་། །བཙུག་ཉིས་  
རེ་ཅན་ཡུལ་ནས་བྱད་པར་བཟང་། །བཙུག་སུམ་ཡ་མ་དག་ལ་བཟང་། །  
~~ལྷ་མོ་~~ ལུང་ག་སུམ་སྒོ་ལ་བདག་ས་པའི་སངས། །སྒོ་མ་འཁྱུར་བསྐྱོད་ན་  
ལྷན་སངས། །རྟ་མགྲོགས་སྒྲ་ཡིས་བསྒྲོན་པ་དེ། །དམག་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་  
རྒྱན་དུ་ཆེ། ~~ལྷ་མོ་~~ སུམ་དང་ཡུ་ཀུས་སྒོར་འཇུག་སངས། །སྒྱེར་གྱི་མ་འུ་  
དུན་སངས་ཟེར། །ཆ་མ་ལོ་སྒྱེར་མིན་སངས་ཀྱང་ཟེར། །མ་རབས་སངས་ཀྱི་  
སྒྲར་སངས་ཡིན། །སྒྲར་སངས་སྒྲད་དན་སྒྱེལ་མི་ཡིན། །རང་སར་བབས་ན་  
མ་ཞིག་ཡིན། །ཕྱི་སར་བབས་ན་སྟག་ཞིག་ཡིན། །ཅི་མོར་ལད་ན་དམག་  
དཔོན་འཆི། །ཕྱི་སར་དག་ཡི་དམག་དཔོན་རྒྱལ། །བསྐྱེད་ན་དམག་མི་འུར་  
གྱིས་འདྲོང་། །འདི་ཡི་ལན་དུ་ལི་ཡན་བབ་ན་སྟོང་འདྲོག་འོང་། །འཐོར་བ་  
བབས་ན་འཁྱུག་པ་ཡིན། །སྒོ་བྲག་བབས་ན་གི་བསང་འོང་། །སོ་བྲག་བབས་  
ན་གཏན་བརྒྱག་ཡིན། །བྱ་ཡུན་བཟང་སྟེ་བབས་པ་ན། །ཐུན་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་  
པ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྱེར་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །སྒྱེར་མོན་མ་ལ་སྟག་གི་དབར་བརྒྱག།  
སྒྲར་མར་སྟག་སྟེང་ཚུད་པ་ཡིན། །མ་མོ་ཁྲོམ་པས་སྟག་མོ་བསང། །མ་མོ་  
འདྲ་བའི་མི་སོད་ནས། །སྟག་མོ་འདྲ་བའི་རྟ་ཐོབ་ལུས། །རང་སའི་བཙན་ས་  
གར་བབས་ཀྱང་། །དམག་རྒྱལ་གཉིས་ལ་རྫོམ་གྲོགས་ཡིན། །བཙན་པོའི་ཕ་  
སོད་ཕྱུག་པོའི་ཁོར་ཐོབ་ལུས། །སྒྱེར་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བྱུང་བ་ན། །སྒྱེལ་མེན་




ཁ་ཐུན་སངས་ཀྱི་བརྒྱུག་ །སྟག་མོའི་གཞུང་ན་བྱ་རོགས་སངས། །སྟོང་གསུམ་  
བཅོན་ས་གར་བབས་ཀྱང་། །ཁྱི་སར་ལྟོ་བྱག་སྟོན་། །ངམ་གྱི་རྒྱ་བྱག་དམར་  
པོ་ལ། །སྟོན་པའི་བཅོན་རྫོང་བྱས་པ་ཡིན། །དག་ཡུལ་རྫོང་མཁར་བཅིགས་  
ན་བཟང་། །དག་ཡི་ཡུལ་ཞིང་ཁང་མཁར་ལ། །བྱུན་གྱི་དར་འབྲུ་ཚུགས་པ་  
ཡིན། །ལཱ་སྟོང་ཅམ་གྱི་དམག་ཡག་ནས། །དུག་སྟོང་ཅམ་གྱི་གནང་ཐོབ་རུས། །  
བྱི་ས་གཡུལ་གཞིར་འདི་བབས་ནས། །བ་ཁོག་བཅོན་ཁྱིམ་ལད་པ་ན། །དེ་  
འདྲ་བར་ལ་ཤོར་བ་ཡིན། །གཅན་གཟན་སྣ་དགུས་དག་ཆོས་བྱས། །གཅན་  
ཟན་ལྷགས་པ་ཡོན་ལ་སྦྱིན། །ཁྲི་མཆོན་སྣ་དགུས་ཤུགས་མགོན་བརྒྱ། །  
ཡར་ལ་ཡུལ་སའི་རྒྱག་བརྒྱུད་བྱ། །སྤར་སངས་བརྒྱག་གིས་བརྒྱར་བ་ན། །  
སྦྱེལ་མེན་དཔའ་པོ་འབྱུར་མེད་ཟེར། །དེ་ཡི་སངས་ལ་ནེ་ཆ་སོང་། །སྟག་མོ་  
གཅིག་ལ་སྟག་སྟུག་གཉིས། །ལུས་ལ་འཇུམ་དུག་རྒྱས་པ་དང་། །ཁོང་དུ་དཔའ་  
ཤེད་རྒྱས་པ་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་སར་བབས་པ་ན། །དམག་རྒྱག་གཉིས་  
ལ་གཡོན་ཆོག་ཡིན། །ནེ་ཆ་རེ་རེས་དམག་རེས་རེར། །ཁག་ཐེག་གཡོན་པོད་  
གཉིས་ཀ་ཡིན། །མདུད་པ་རྟ་དང་གཡག་གིས་བསྟོལ། །ཁྱི་སར་ཤོར་ན་ཐེར་  
མ་དག་ཆོས་བྱ། །ལན་ལད་གྱི་སྟར་འབྲུམ་ཡིན། །གོ་མཆོན་ཡོན་ལུལ་དག་  
ཆོས་བྱ། །སྟོ་བརྒྱག་ཅང་སེ་བཅོན་དུ་བཟུང་། །ལན་ལད་ཐར་མས་ལྷགས་  
ཀྱིས་བསྐྱམས། །དམག་རྒྱག་རྒྱན་གསུམ་མགོན་ཐུར་ངན། །གཞི་སྦྱ་ཡིན་ན་  
གཏམ་ངན་དང་། །ཡ་རབས་བུད་མེད་ཁྲེལ་གྱིས་ལོག། །གཏོ་ལ་རྩ་མོང་དག་

སྒྲིག་བྱ། ཡོན་དུ་ཆ་དང་གཡེར་མ་སྒྲིག། མར་ལ་འགག་དགོལ་སྟོང་གོལ་  
བྱ། ~~མེ་མེ~~ མད་དང་ཐུགས་འཇུག་པའི་སངས། ཅེ་ར་ཀྱ་ཕྱི་ཐར་པ་  
སངས། སྟོ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོལ་ཐུག་ཡིན། སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་  
པོ་ཡིན། ཅན་པ་མིན་པ་ཀུན་ལ་བཟང་། ཅན་པའི་མོ་ལ་འདི་བབས་ན། །  
ད་བབས་ཞག་གངས་དག་ལ་འཆི། གཏོ་ནི་ཡོད་པར་མ་གསུངས་སོ། །  
~~མེ་མེ~~ མད་གྱི་གཉིས་ཀར་ཟེན་པ་ན། སྟོ་གོལ་གོ་དུག་གཟིག་མོ་སངས།  
གཟིག་མོའི་ལུས་ལ་འོལ་མིག་རྒྱས། འོལ་མིག་རྒྱས་ན་སྟོ་བས་དང་ལྷན། །  
སྟོ་བས་དང་ལྷན་པས་དག་ཐུབ་ཡིན། དག་སྒྲའི་གཟིག་མོ་མཆོང་སྒྲིན་ཡིན།  
སངས་བྲག་ནང་གི་དག་སྒྲ་ཡིན། གཟིག་ལ་བསད་ཐག་དྲོན་མོ་དགོས། །  
རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབས་ཀྱང་། བྱི་སར་སྟོ་བྲག་སེ་སྟོད་ན། གཟིག་  
མོ་ཐག་གིས་ངོམས་པ་ཡིན། ཟུན་གྱི་གཟིག་མོ་མཆོང་སྒྲིན་གྱིས། དག་བྱི་  
ཆན་ཐག་ལ་འཇང་བ་ཡིན། བྱི་ཆན་འདྲ་བའི་མི་སོད་ནས། གཟིག་མོ་འདྲ་  
བའི་རྟ་ཡང་ཐོབ། ཅི་མོ་བཟང་ན་ངེས་པ་ཡིན། ~~མེ་མེ~~ སྟོ་ལ་གསུམ་  
ཀ་སོ་སོར་འཇུག་པའི་སངས། སྟོ་ཆེན་རྟ་ལ་ཐོག་ཆོད་སངས། རྒྱུང་ག་མའི་  
ལུས་ལ་མཁྱོགས་གཤེད་སངས། སྟོ་བར་བང་ཆེན་ཡང་མཁྱོགས་ཡིན། དེ་ནི་  
སོ་སངས་རྒྱལ་གངས་ལ། ~~མེ་མེ~~ ཐུ་ས་ཤོར་གུང་གཅིག་ལྷུང་བ། སོ་  
ཡོན་བྱ་ལྷན་ལང་རྟང་སངས། དེ་ནི་བྱ་ལྷན་སྟེ་ཐུབ་གད། ~~མེ་མེ~~ དེ་ཡི་  
ཐུ་གུར་སོས་བཀྱག་པ། སོ་བྱ་ལང་ཐང་སྟེར་ཐུག་སངས། ཐུན་པའི་ནང་དུ་

ལམ་རྟེན་སངས། །སངས་ཕྱན་སྤྱང་བྱ་མར་ཟན་སངས། །སྤྱང་བྱ་མར་ཟན་  
 དུག་དང་འཕྱད། །སངས་ཕྱན་ནམས་ཀྱི་བྱ་ལམ་ཡིན། །མཚན་འགྲོས་མིན་  
 པ་ཀྱན་ལ་ངན། །སྤེར་ཁྱག་ཁྱུ་གསུམ་མར་གཅིག་བརྒྱག། །སྤེར་ཁྱག་དབྱེ་  
 དཀར་ཆབ་མ་བརྒྱག། །ལྷག་པོ་རུ་བའི་ལྷ་ས་མཐའ་དེར། །ཅོ་ག་ལྷ་དུག་མ་  
 དང་བདུན། །གཤོག་དུག་རྒྱས་ནས་དུས་ལ་འཕུར། །དགྲུང་ལ་འཕུར་ནས་  
 འཕྱར་སྒྲན་ཐོན། །འཕྱར་སྒྲན་ཐོན་ནས་དྲ་མ་ཡག་ །གཅིས་ལྷག་ནད་པ་མིན་  
 པ་ཀྱན་ལ་བཟང་། །བརྒྱག་གཉིས་ལྷར་ཁྱག་དུར་མོ་ཅན་ཅིག་ན། །བྱ་ནག་  
 གཤོག་དཀར་གཟི་མིག་བརྒྱག། །འདི་ཅོ་གཅིག་ཁྱིམ་སྤྱར་མོ་སངས། །ལྷ་ས་  
 མཐའ་ཅོ་ག་ཚང་ཡག་ཡིན། །ཅོ་ག་ཚང་མཛོ་མོས་མ་བརྩིས་པར། །གཤོག་  
 དུག་རྒྱས་ནས་མཁའ་ལ་འཕུར། །སངས་ཕྱན་ཡིན་ཏེ་འགྲུལ་སྒྲོབས་ཆེ། །  
 བརྒྱག་གསུམ་ཁམས་གསུམ་གསལ་སྒྲོན་ཡིན། །སྒྲོན་མའི་ནང་གི་སྒྲོན་ཆེན་  
 ཡིན། །བརྒྱད་བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་སྤེར་དུ་གཅིས། །འབུམ་ཆོ་གསུམ་གྱི་  
 དམག་ཡག་ནས། །ཁྱི་ཆོ་གསུམ་གྱི་གནངས་ཐོབ་རུས། །བཞོག་གསུམ་དུ་  
 བབས་ཅོན། །མ་གཅིག་ལྷ་གསུམ་ལོར་གྱིས་ལྷག། ། ལྷ་གསུམ་  
 ལྷ་གྲུང་སོས་བཀྲུག་སངས། །སོ་ཡོན་ཁ་ལུར་རྟེན་བཤལ་སངས། །སོ་ཡོན་  
 ལྷ་མཐའ་སངས་ཀྱང་ཟེར། །སངས་ཆེན་ཁང་རྒྱན་ཀ་འགྲེལ་སངས། །སངས་  
 གྱི་ནང་གི་ནད་ཡམས་ཡིན། ། དེ་ཡི་ལྷ་གསུམ་ལྷ་གྲུང་འབྲེལ་  
 བ། །སོ་ཡོན་ཁ་ལུན་ལག་ཆག་སངས། །ཞུ་པོས་རྟ་སྤྱར་ཞོན་ནས་གཡུལ་དུ་

ལྷགས། །གཡུལ་དུ་ལྷགས་པས་དཔའ་ལས་བྱས། །དམ་ནམ་རྩ་གོང་སངས་  
ཀྱང་ཟེར། །མི་ཐོད་རྟ་ཐོད་དག་གི་སྟེང་། །བྱ་ཕོ་རྒྱ་གཤོག་འཛིང་བྱེད་པའི་  
སངས། །གྲུ་གསུམ་ར་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །རི་བོའི་ཞོལ་ན་གླུང་པོ་སངས། །  
དེ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བཅས་པ་ན། །གནམ་ས་གཡུ་ཁ་སྟོར་བརྒྱག་ །འདི་ཡང་  
ཞ་རྒྱར་མཁྱོགས་སངས་ཡིན། །ཁྲམ་པ་མགོ་མཇུག་ལོག་པའི་སངས། །རྒྱར་  
པོ་སྟོན་དུ་བྲོས་པ་དེ། །ལ་ཁར་ཐོན་པའི་སངས་ཡིན་ནོ། །བརྒྱག་གསུམ་ཁ་  
ཐུན་ལག་ཆག་སྐར་མ་སངས། །ཐོ་རངས་ནམ་གྱི་སྐར་ཆེན་སངས། །སྐར་  
ཆེན་ལ་ཁར་ཐོན་དུས་དེར། །སོ་བ་རིམ་གོང་འབྱུང་རེ་རན། །སོ་བ་གཏོང་  
པའི་ཅངས་སེ་ཡིན། །བཞོག་བཅོན་ཁྱིམ་གར་ཡང་བཟང་། །  
བཞེ་ཆོམ་སོ་ཡིས་བཀྲུག་པའི་སངས། །དེ་ཡང་གཉིས་ལ་ཟེན་པ་ན། །སོ་  
ཡོན་ཐོག་གི་མེ་ལྷེ་ན། །དུག་ཅི་སྟག་མོ་རི་བཀྲ་སངས། །སོ་སངས་རྣམས་གྱི་  
གྲོལ་ཐུག་ཡིན། །སོ་ལ་སངས་ཆེན་མང་ན་ཡང་། །སངས་ཆེན་བྱ་བ་མིག་  
མང་འདི། །སྟོན་གྱི་བསྐལ་པའི་དང་པོ་ལ། །ཡེ་ངམ་ཡུལ་བགོས་བྱས་དུས་  
དེར། །སྟོན་པ་རྣམས་གྱིས་གཡས་རོལ་ཐབ། །དོག་མོ་ས་ཡི་སྤྱི་བརོལ་རྣམས། །  
ངམ་དང་ཐུག་དམར་བུ་དགུས་ཐོབ། །གཡེན་ཁམས་རྣམས་ནི་འདི་ཡིས་དབྱེ། །  
སོ་ཡོན་གཤུག་པ་མིག་དམར་སངས། །སངས་ཆེན་རྟོན་དང་འབྲུབ་སྟེ། །ཁྱི་  
རོ་རུལ་བས་མ་བསྐྱས་དགོས། །སོ་སངས་འབྱམས་ནས་ལན་ལང་ན། །ཁྱི་  
རོ་རུལ་བས་བསྐྱས་པ་ཡིན། །  
སྟེ་སྟེ་མའི་གཅིག་ལ་སོས་བཀྲུག་ན།

སོ་ཡོན་མཁའ་ལ་སྒྲོག་འགྲུ་སངས། །སངས་ཆེན་ལྡོན་གིང་འདྲ་བ་ཡིན། །  
 གིང་ཆེན་སྟ་རེས་མ་བཅད་དགོས། །ལན་རྩ་བྱུང་ཆེན་སེ་སྟོད་ན། གིང་ཆེན་  
 སྟ་རེས་བཅད་བ་ཡིན།། ~~སྟེར་གོང་ཅེ་ཅེ་རྩུན་རྩུན་སྒྲུ་བྱུང་།~~ །ཁ་  
 ཆེ་ཡེ་ལྡན་སངས་ཀྱི་བྱ། །ཡང་ན་སོ་ཡོན་ངམ་ལེན་ལྡོན་པ་སངས། །ཁ་ཡོ་ཅི་  
 མེད་སངས་ཀྱང་ཟེར། །བྱ་ལམ་སངས་ཀྱི་སྒོ་ལ་སྤྲུག་ཡིན། །གནམ་ས་བྱེ་བའི་  
 བྱ་ལམ་ཡིན། །སངས་ལ་འདི་བས་ངན་པ་མེད། །དབག་བསམ་རྩེ་ལ་བབས་  
 པ་ན། །མི་བརྒྱ་འདྲ་བའི་འདྲན་སྤྲུག་ཞིག །མགོ་ཡི་ལྷ་ཤོར་འོག་གི་རྟ་ཡང་  
 འཆི། །སྒོ་ལ་བཏགས་པའི་མཆོག་དཀར་ཆག །སེམས་སྦྱེད་པ་གི་ལུས་སྦྱེད་  
 མ་ཡང་འཆི། །དམག་ཇག་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་ངན། །གཏམ་ངན་སོག་པའི་མོ་  
 མདུད་ཡིན། །ནད་པའི་མོ་ལ་ཚུགས་གང་ལ། །བབས་པའི་ལོ་གངས་དེ་ལ་  
 འཆི། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །བཅུ་གཅིག་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་བཟང་།།  
 བརྒྱད་དང་བཅུ་གསུམ་ནད་པ་བདེ། །བཅུ་གསུམ་གི་བཙོན་དོང་ནས་འཆོར།།  
 དེ་ཡི་ཐོད་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན།། ~~མཁའ་མཁའ་འོད་ཀྱི་གླང་མོ་སངས།~~ །  
 དག་མི་བརྒྱ་བསད་ནས་རྟ་བརྒྱ་ཐོབ། །དམག་ཇག་གཉིས་ལ་སྟོད་དུ་གཅིས།།  
 གཞི་སྤུ་བ་ཁོག་གསུམ་དུ་གཅིས།། བརྒྱག་གཞན་མ་རྟོེད། ~~སྟེར་~~ །  
 གཉིས་ཀར་སོ་ཡོན་བཀུག་པའི་སངས། །ཟངས་མགོ་གཡོ་ལག་སངས་ཞེས་  
 བྱ། །སྤང་མ་ཅི་མཐུན་སངས་ཀྱང་ཟེར། །བྱ་ལམ་མ་རབས་སྤང་སངས་ཡིན།།  
 སྤང་མ་སྤང་རྩེས་དུག་པའི་སངས། །འདི་ཡང་སངས་ཀྱི་དུག་དོ་ཡིན། །ཁྱི་

སར་དུག་གི་ཕྱག་ཁྲིའི་ཡིན། །རང་དང་ལོ་མལ་དུག་རིགས་ཁོང་སོང་ཡིན། །  
 རྩེ་མོར་བབས་ན་རན་གྲོས་ཡིན། །རྩེ་མོར་ཕུ་ལ་ཤི་གོད་ཡིན། །མགོན་ཕུར་  
 བཅོན་དུ་འཆོར་ངོ་ཡིན། །སངས་ཀྱི་བྱག་ཡིན་རང་སར་རན། །ཕྱི་སར་བབས་  
 བས་རང་ས་བཟང་། །མ་རབས་སུ་སོད་རྟ་བོད་ར་བག་ཐོབ། །སྐྱེར་ལ་བརྒྱག་  
 གཅིག་བཅས་བ་ན། །གཡོ་ལག་བ་དཀར་བེལ་སངས། །བཞིག་གསུམ་དུ་  
 བབས་བ་ན། །མ་དེ་བ་དང་འབྲུ་བ་ལ། །སུ་དེ་མཛོད་དང་འབྲུ་བ་ཆར། །དམག་  
 རྒྱུ་གཉིས་ལ་བཅོན་སར་བབས། །ཕྱི་སར་སྐྱོད་སྐྱོད་བྱག་ན། །ཁོར་ཐོབ་ལྷོག་  
 བ་རང་ཁོར་འཆོར། །ནད་བ་བྱ་སྤྲང་སྤྲུལ་ལོ་འཆི། །ཐག་ལྷག་ཡོས་སུ་འེ་  
 ཡིན་ན། །མི་སྐྱོན་མི་ཁོར་འཕེལ་བར་བཤད། །བརྒྱག་གཉིས་དྲེད་དོགས་  
 ཁྲིའི་ས་སངས། །བཅོན་ལ་བཅོས་ནས་འཕུག་ལ་ལེན། །ཡུལ་ནི་ས་ཡི་ལྷ་  
 ཡུང་དེར། །ཕུ་གཉིན་རྩེ་རྒྱལ་དཀར་པོ་ལ། །མི་གངས་ཅང་སེས་བྱིན་བ་ཡི། །  
 སུ་ལྷ་སུ་སྐྱིན་འཕེན་ཆར་འཕེན་དང་། །སྐྱི་འཕེན་གཙུག་འཕེན་གཉིས་དང་  
 བཞི། །རྩེ་ལ་སུ་བཞི་ཆར་དུས་བབས། །དེ་ཡང་བཞིག་ལོ་མལ་དུ། །བབས་  
 བ་སུ་བཞི་ཆར་ངོ་ཡིན། །ཁ་རྩེ་རྒྱས་ཆེན་ཆོད་བ་དང་། །དམག་ཆེན་བུ་མ་  
 འདེགས་བ་དང་། །ཐག་རིང་མགོན་པོ་འགོ་བ་དང་། །སྤྲོད་གསུམ་བཅོན་  
 སར་བབས་བས་ཆོག་ །ཕྱི་སར་བབས་ནས་ལན་ལ་དན། །བསྐྱེད་རྒྱས་རྒྱལ་  
 གསུམ་དུས་གཅིག་འཆོར། །གཏོ་ལ་མེར་མ་དག་ཆོས་བྱ། །ཡོན་ལ་དར་  
 རྒྱག་གསེར་དཔུལ་བྱིན། ། །སྐྱེར་གཉིས་སོ་སོར་འཇུག་པའི་སངས། །

སྐྱེར་གྱི་མ་དང་རྒྱལ་མོ་སངས། །ཤ་བ་མཐའ་ཞུགས་གཅིག་གི་གཅིག་ཐར་  
 སངས། ~~མཐའ་མཐའ་མཐའ་~~ མ་མཐའ་སྐྱེར་གཅིག་སང་རྩ་མོང་། །དུ་ནམ་ཐུན་གྱི་ཁ་  
 འོད་སངས། །སང་གཉིས་ཀ་མ་འཇུག་པ་མ་རྟེན་དོ། ~~མཐའ་མཐའ་~~ སྐྱེར་གཉིས་  
 ཀ་སང་རྩ་མོང་བ་ན། །གཏུམ་ཅི་ཁ་ལ་མེ་འཕར་སངས། །སྒྲུང་ཐང་ལུས་ལ་  
 གཤོག་སྒྲོ་སངས། །ཤེད་ཆེན་ལ་ཐང་མགྲོགས་པ་སངས། །ལྷ་ཤུར་ནེ་ཆ་  
 མོང་བ་ན། །ཐོག་དང་མེར་བ་སྒོག་ལུམ་སངས། །སངས་ཀྱི་མེ་སྒྲོན་ཆེན་པོ་  
 ཡིན། ~~མཐའ་མཐའ་~~ སང་གཉིས་ཀར་འཕྲེད་ལ་ཟེན་བ་ན། །གཏུག་པ་རྩོད་སང་  
 གཤོག་རྒྱས་སངས། །ནམ་མཐའ་འཇུང་ལ་གཤོག་དུག་རྒྱས། །མེར་མཐའ་ལུས་  
 ལ་དཔའ་ཅུལ་རྒྱས། །འཛམ་བུ་སྤྱིང་རྩ་དཀོར་ནོར་རྒྱས། །རྒྱལ་བུའི་ལུས་  
 ལ་དཀོངས་པ་རྒྱས། །ཆེ་སྟེ་དམག་ཆེན་འདེགས་ན་བཟང་། །ཡང་ཅེ་སྟོང་རྩ་  
 བབས་རྩས་དེར། །ཡང་རྒྱལ་སྟག་གི་འབྲུག་སྟག་ཡིན། །དེ་ཡི་འདོགས་  
 ལུགས་གཞན་མ་རྟེན། ~~མཐའ་མཐའ་~~ ལུ་གུ་འཇུག་པའི་སྐྱེར་དང་ནི། །ལུ་གུ་  
 གཅིག་ལ་སོས་བཀུག་སངས། །སྐྱེར་ནག་མ་རྩུ་ལག་བཤལ་སངས། །རྩུ་ཤལ་  
 སངས་ཀྱི་གོ་ལ་ལུག་ཡིན། །འདི་ཡང་སངས་ཆེན་བྱ་ལམ་ཡིན། །ཅིག་བྱེད་ཅི་  
 གཅིག་སངས་ཀྱང་ཟེར། །བཅུ་གཅིག་ནད་པ་དག་ལ་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་  
 བཅོན་དང་ཡ་མར་བཟང་། །གསུམ་ལ་བྱུག་པོའི་ནོར་མོར་བཟང་། །བཅུ་  
 གསུམ་ནད་པ་དག་ལ་བཟང་། །དེ་ཡི་སྐྱེར་ལ་བརྒྱག་བཅས་ན། །སྐྱེར་ནག་  
 གངས་དཀར་ཉི་མ་སངས། །ནག་པོ་གསལ་བའི་དཀར་མདངས་ཡིན། །རྒྱལ་

ཅུས་ཤོར་གསུམ་ལོན་པའི་སངས། ། རྩ་མའི་སྐྱེར་གྱི་ཐུ་གུས་འཇུས། །  
སྐྱེར་རོ་དམག་ལེ་སངས་ཞེས་བྱ། ། དེ་བཅས་ནག་པོའི་སངས་ཀྱང་ཟེར། །  
འདི་སྟོང་ན་ཐུག་པོའི་ར་བའི་འབུམ་འདྲེ་ཡིན། ། བར་ན་སྤར་འདྲེ་འབྲོས་དགའ་  
ཡིན། ། སྤྲོད་ན་དབུལ་འདྲེ་ཐུང་དགའ་ཡིན། ། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། །  
གསུམ་ལ་ཐུག་པོའི་ཡ་ཤིད་བཟང་། ། བརྒྱད་ལ་ཡ་མ་ནག་པོར་བཟང་། །  
བརྒྱ་གཅིག་སྟག་པ་ལས་འཛིན་བཟང་། ། བརྒྱ་གསུམ་བདུན་ཆོག་ས་བཟུང་  
བར་བཟང་། ། རྩ་མའི་སྐྱེར་དང་ཐུ་གུ་གཉིས་ཀར་ཟེན། ། ཀྱུ་རྩི་རྒྱ་མཐའ་  
སངས་ཞེས་བྱ། ། རྩ་མའི་སྐྱེར་གསུམ་འབྲེལ་ལྷགས་ཐག་འདྲ། ། ཐུ་  
གུ་གཅིག་དེ་ཟུར་འཇུས་སངས། ། བ་ཐུན་སོག་དུག་དམུན་ནམ་སངས། ། མེ་  
རྩྱུང་སྟོང་ཐུར་ལན་ཆར་སངས། ། སངས་ཆེན་དཔའ་བོ་ཆེ་སྟེ་ཡིན། ། སངས་  
ཆེན་འདི་རྣམས་བྱ་ཆེན་ཡིན། ། དཔེ་ནི་ཐང་དཀར་རྒྱུད་དང་འདྲ། ། ཐང་ཆེན་  
པོ་མེད་ན་མི་འབབ་པོ། ། འདི་མ་ཐང་གྲོང་དཔྱིངས་ཀྱི་བྱོད་ཐུར་ཞེས། ། བྱོད་  
ཐུར་དག་གི་སྐྱབས་སུ་འདྲེ་བཤད། ། ལམ་སངས་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ལན་ལད་  
ན། ། ཐང་དཀར་སྟེ་ལ་ཟེན་པས་ཀུན་ལ་ངན། ། རྩྱུང་བ་ཆར་སངས་ང་སངས་  
ཀྱང་ཟེར། ། བརྒྱ་གཅིག་ནད་པ་དག་ལ་ངན། ། བརྒྱད་ནི་དབུལ་སྟག་གཉིས་  
ལ་ངན། ། གསུམ་ནི་སྤྱུང་དག་ལ་ངན། ། བརྒྱ་གསུམ་བཀྲ་ཤིས་བརྩུན་གསོལ་  
ངན། ། རྩ་མའི་སྐྱེར་གསུམ་ཀར་ཟེན་པ་ན། ། སོ་ཡོན་བྲུ་ཆེན་ཁ་  
ཐུན་སངས། ། ལྟ་ཆེན་འགྲུགས་པའི་སངས་ཞེས་བྱ། ། སོ་བྲག་ཐུན་ཁང་གསལ་



བའི་སྒྲོན། རྟོང་བྲག་དྲུག་མཚོ་སྒྲེམ་མི་ཡིན། ལྷག་བསད་དུབས་ཀྱིས་སྒྲུང་  
 མི་ཡིན། འབྲུང་བ་ལྗེའི་ཕྱིས་གཅིག་ཡིན། འདི་ཐེངས་གཅིག་བབས་བའི་  
 དུས་བྱུང་ན། དུའུ་པ་ཤ་ལོན་བ་ཡིན། ཡུག་ས་ས་གསུམ་གྱིས་མི་རྟེང་ཚུགས།  
 ཏྲོ་ར་གསུམ་གྱིས་ཏྲུ་འཚོས། ~~ཏྲུ་ཏྲུ་~~ གསུམ་པོའི་དབུས་མར་སོས་  
 བཀྲུག་སངས། ཡེ་སྒྲོན་མགོ་ལ་གཡུ་རུ་སངས། གཏུམ་ཅི་སྟག་ཅེ་སྒྲར་མ་  
 སངས། རྟོང་བ་རྒྱམས་ཀྱི་གོ་ལ་ལུག་ཡིན། སངས་ཀྱི་ནང་གི་སངས་ཆེན་  
 ཡིན། གཏུམ་ཅི་དཀར་མོ་སྟག་ཅེ་སངས། རྟོང་སད་རྒྱམས་ཀྱི་གོ་ལ་ལུག་  
 ཡིན། གཞེ་མ་ཁ་ལ་དུན་ཡོད་ཡིན། ངམ་གྱི་སྒྲུང་བུ་མཆུ་ནག་ཡིན། ངང་  
 སར་འབབས་སུ་མི་རུང་དོ། མི་རོ་དམར་པོའི་རོ་ཐོག་དེར། དུག་སྒྲུང་ནག་  
 པོའི་མཆེ་བ་བདར། དེ་ལ་ནེ་ཆ་སོང་བ་ན། ཉམ་མཁའི་འཇའ་ཚོན་སྒྲར་  
 ཆེན་སངས། སངས་ཀྱི་དབའ་པོ་ཤེད་ཆེན་ཡིན། ~~ཏྲུ་ཏྲུ་~~ གསུམ་པོའི་  
 མཐའ་མ་གཉིས་ལ་ཟེན། གཡུ་འབྲུག་མགོ་ལ་རྟོར་རྟོ་སངས། ཡང་ན་གཡུ་  
 འབྲུག་གོ་དོར་ཟེ་བ་སངས། སངས་ཀྱི་དོ་རྩེ་ཅེ་དགུ་ཡིན། ངར་སྒྲུང་ཅན་གྱི་  
 སངས་ཆེན་ཡིན། སངས་ལ་ངར་སྒྲུང་འདི་བས་ཆེ་བ་མེད། གཡུ་འབྲུག་ཟེ་  
 བ་རྒྱས་བ་ཡིན། སྒྲོན་བ་ཡིན་ནི་ཟེ་མ་ཡིན། གཡུ་གཤོག་མཚལ་གྱི་ཟེ་བ་ཅན།  
 ངང་སའི་བཅན་སར་བབས་བ་ན། ངམ་སྒྲུང་གཏུག་པ་མཆུ་རིང་སོད། །  
 སྒྲུང་སྟན་ཐོ་ལེ་རྒྱང་གྲགས་ཐོན། ངར་སྒྲུང་ཆེ་བའི་ཐེངས་མ་ཡིན། འདི་ཡང་  
 དམག་རྒྱག་གཉིས་ལ་བཟང་། ~~ཏྲུ་ཏྲུ་~~ གསུམ་པོ་སུམ་བུར་སོང་ལ་ཟེན།

རྒྱུང་མགོ་ཡི་འོར་བུ་སངས། །ཕ་ཆེན་རྒྱུང་གངས་མང་བ་ལ། །འོར་ཆེན་  
 བསམ་ལས་འདས་པའི་སངས། །སངས་ཀྱི་ནང་ན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །འདི་མགོ་  
 ལ་ལྷུང་བུ་ཡོད་པ་ཡིན། །ལུས་ལ་སྤྲུལ་འབྱུང་ཡོད་པའི་སངས། །སྤྲིད་ལ་གསེར་  
 བྱང་བཅིང་བའི་སངས། །བདུད་རྩི་རྒྱལ་བ་ཞལ་དུ་གསོལ། །ངམ་ལམས་  
 འདུག་པའི་རི་དགུ་བཙོམ། །སྟོང་གསུམ་བཙོན་བྱིས་གར་བབས་ཀྱང་། །མི་  
 འོར་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་འཕེལ། །དམག་དག་གཉིས་ལ་སྟོང་དུ་གཅིས། །  
 དབུལ་སྤྲུལ་མང་གསུམ་མོ་ལ་ངན། །མི་བྱུག་ཁུ་རུ་རྒྱབ་ཏུ་ཁུར། །བསེ་རག་  
 འཁོར་ལོ་ཙམ་ཞིག་བྱི་ལ་འབྲངས། །འགོང་པོ་གཡག་གད་ཙམ་ཞིག་གྲུང་ལ་  
 སྤྲིང་། །བཙན་སྤྲུལ་འཕེན་གསུམ་མོ་ལ་བཟང་། །ཡང་བཙན་ཡང་སྤྲུལ་ཡང་  
 འཕེན་གསུམ། །ཡང་ནས་ཡང་དུ་བྱེད་པའི་ངོ་། །དང་པོ་གཉིས་ལ་ཟེན་པ་  
 ཡི། །བཤད་པ་དག་ནི་མ་རྟོན་དོ། །སུམ་བུར་བཏགས་པ་གོང་དུ་སོང་། །  
 །~~ཡུལ་ཆེ་རལ་རྒྱུན་དགུ་ཐུན་བྲག་~~ །དེ་ཡི་ནང་ནས་གཅིག་ལྷུང་  
 བ། །ཀྱེ་བ་ངམ་ལེན་གྱི་ཆ་སངས། །བཅུ་གཅིག་རྟ་རྒྱུག་མོ་ལ་བཟང་། །  
 བརྒྱད་ལ་ནད་པ་དག་ལ་བཟང་། །བཅུ་གསུམ་གྱི་བཙོན་དོང་ནས་འཛོར། །  
 གསུམ་ལ་ཡ་མ་དག་ལ་བཟང་། །ཤིང་ཤག་མདའ་གྱི་སངས་ཀྱང་ཟེར། །  
 སྤར་མ་སངས་ཀྱི་གྲོལ་ཐུག་ཡིན། །ཤིང་ཤག་ཤིང་གི་བྱོད་ཐུར་ཡིན། །དུར་  
 བུམ་རྒྱུ་ལྷན་སྤྲེལ་ཡིན། །འདི་ནི་བྱོད་ཐུར་སྐབས་སུ་འད་བཤད། །~~ཡུལ་ཆེ་རལ་རྒྱུན་དགུ་ཐུན་བྲག་~~  
 དེ་ཡི་དང་པོ་གཉིས་ལ་ཟེན། །ཀྱེ་བ་སྤྱི་ཡིང་ལ་ཐུན་སངས། །བཅུ་གཅིག་རྟ་

རྒྱལ་ཡ་མ་འཆོས། །ཐབ་རིགས་གཏོང་བའི་ཉིན་པར་བཟང་། །བརྒྱད་ལ་  
 སྒྲུལ་མར་བུ་སྒྲེ་རྒྱས། །གསུམ་ལ་ཁོར་ལྷ་དག་དང་ནི། །འཁྱུའི་སྒྲིམ་སོ་འཛིན་  
 ལ་བཟང་། །~~འཁྱུ་~~ དབུས་མ་གཉིས་པོར་ཟེན་གྱུར་ན། །སོ་ཡོན་ཁོར་  
 འུ་རིན་ཆེན་སངས། །རིན་ཆེན་ཅེ་ལ་རྒྱལ་མཆོན་སངས། །དམག་དཔོན་སྒྲུ་  
 ལ་གོ་ཐབ་སངས། །སངས་ཆེན་གཞི་འཛིན་བྱེས་ཐུབ་ཡིན། །རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཡུམ་  
 སྒྲས་དང་བཅས། །འཁོར་དང་ལོངས་སྒྲོད་འཕེལ་བའི་སངས། །~~འཁྱུ་~~  
 སྒྲ་མའི་དང་པོ་གསུམ་ལ་ཟེན། །ཐང་དཀར་རྒྱུད་ལ་ལྷུ་མ་དུག་སངས། །  
 དབའ་པོའི་ལུས་ལ་སྒྲག་སྒྲིང་སངས། །མཛང་བའི་ཡིད་གྱི་དྲན་པ་སངས། །  
 སངས་ཆེན་རྣམས་གྱི་རུད་པ་ཡིན། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། །རེས་  
 མོས་ཟེན་པ་འདི་དང་ནི། །~~འཁྱུ་~~ བར་མ་གཅིག་མིན་གསུམ་ཟེན་པ། །  
 གཉིས་ཀའི་བཤད་པ་མ་རྟེན་དོ། །~~འཁྱུ་~~ བཞི་ཀར་ཟེན་པར་གྱུར་པ་ན། །  
 རྩྱེད་ཡིད་བཞིན་ཁོར་འུ་འབར་བ་སངས། །རྩྱེད་སངས་ཆེན་ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་  
 ཡིན། །~~འཁྱུ་~~ སངས་ཆེན་དོན་ལྡན་གཏིང་ཐུབ་ཡིན། །སོ་ཡོན་འཁོར་བ་  
 གཤམ་ཅེ་ན། །ནག་པོ་དུན་ཅེ་སངས་ཞེས་བྱ། །བྱང་མི་མེད་གནམ་སྒྲུང་གོང་བ་  
 དེར། །ལོ་རོག་ཞར་བས་བདུད་ཅི་ཡིན། །སོ་སངས་རྣམས་གྱིས་ཁོར་ལོན་  
 ཡིན། །སྒྲོད་གསུམ་རང་སགང་བབས་ཀྱང། །སྒྲེ་ཆེན་ལས་ཀའི་ཡང་བཟང་། །  
~~འཁྱུ་~~ མཐའ་མ་གཉིས་ལ་སོས་བཀུག་སངས། །སོ་ཡོན་འཁོར་ལོ་དྲུ་  
 བ་རིས། །དྲུ་རིས་གཏུག་པའི་འཁོར་ལོ་སངས། །སྒྲུལ་བརྒྱ་སངས་གྱི་གཙོ་

བོ་ཡིན། །སོ་སངས་འཐོར་ཁམས་བསྐྱེ་མི་ཡིན། །སངས་ཆེན་རི་བོ་འདྲ་བ་  
 ཡིན། །རི་ལ་འཛིགས་པ་དཔུ་ཆར་ཏེ། །སོ་ཡོན་རན་སྡེ་དཔུ་ཆར་ཡིན། །  
~~འཕྲུལ་~~ ད་རོག་རང་ཤག་ལྷ་རྒྱལ་བྲག་ །དེ་ཡི་ཐུག་གཅིག་ས་ལ་ལྷང་། །  
 ད་རོག་རང་ནམ་སངས་ཞེས་བྱ། །ཨ་ཡུར་ཏིག་ཏ་སངས་ཀྱང་ཟེར། །ཡང་ན་  
 སོ་ཡོན་གཡུ་བྱ་འཕུར་བའི་སངས། །སངས་རྒྱལ་ས་ཀུན་གྱི་དཔའ་བོ་ཡིན། །  
 རྒྱུར་ནག་གཞོན་བའི་མགོ་ཞོན་ཡིན། །སངས་ཀྱི་དཔའ་སྡེ་འདི་ལ་ཆངས། །  
 དམག་རྩག་གཉིས་ཀྱི་མོ་ལ་ནི། །བརྩ་གཅིག་ཡན་ཆད་སྟོད་དུ་བཟང་། །ནད་  
 པ་གཞི་ལྷ་དག་ལ་བཟང་། །སོ་ཡོན་ཡར་གོང་རྒྱུར་སངས་ཀྱང་ཟེར། །རྒྱུར་  
 བག་མ་ཆོ་དུན་དུན་སངས། །བརྩ་གཅིག་ནད་པ་ཆབས་ཆེན་དག། །བརྒྱད་  
 ལ་རྒྱུག་སོན་བཟང་། །གསུམ་ལ་རྒྱུམ་མ་དག་ལ་བཟང་། །བརྩ་གཅིག་  
 དུར་མོ་དག་ལ་བཟང་། །བརྒྱག་བཤད་མ་རྟེན། །~~འཕྲུལ་~~ ལ་མའི་ཐུགས་  
 སོ་ལ་འཕུས། །ད་རོག་རྒྱུ་ནམ་མགོ་རྩམ་སངས། །རྒྱུར་ནག་ཁྱི་མ་མགོ་རྩམ་  
 སངས། །ཁྱོད་ནག་བམཐའ་མགོ་རྩམ་སངས། །ཁྱི་ཆོ་དམག་གི་ཁ་ནག་སངས། །  
 འབུམ་ཆོ་དམག་གི་སྟོང་ལོག་སངས། །དམེ་རན་སྤྱང་ལུ་མཆི་རིས་ཅན། །  
 མགོ་ལ་རྒྱག་གི་རུ་ཅོ་རྒྱེས། །གའོང་ལ་ཁྲག་གི་མཆི་རིས་དོད། །ཁ་ན་གཏམ་  
 དན་འཕྲིན་པ་རྩོ། །འདི་རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབས་ཀྱང་། །རུ་ལོག་གཡུལ་  
 ཉེས་གཉིས་ཀ་འོང་། །མི་ལ་བསད་བཟུང་གངས་མེད་འོང་། །རྟོ་རྟོ་མཛོ་  
 རྟོ་གི་རུ་གསོད། །གའོ་ལ་རྟོ་རྟོ་མཛོ་རྟོ་ལ། །མི་ཡི་མགོ་བོ་བཏགས་ལ་

བོད། །རྟ་ནག་སྒྲེལ་བྱ་ནག་གསོབ། །བདག་ས་པ་བོར་ན་ཐུབ་པ་ཡིན། །  
 རང་སའི་བཅོན་སར་འབབས་མི་རུང་། །ཁྱི་སར་དག་པོ་ཆམ་ལ་ཐེབ། །དེ་  
 ཡི་སྒྲེར་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། །སྒྲེར་ནག་སྒྲུལ་ནག་རེ་འབྲམས་བརྒྱག་ །སྒྲུལ་  
 ནག་འདྲ་བའི་མི་སོད་ནས། །སྒྲུལ་སྒྲིང་འདྲ་བའི་ནོར་ཐོབ་རུས། །འདི་ཡང་  
 རང་སའི་སྟོད་དུ་གཅིས། །བརྒྱག་གཉིས་དུག་སྒྲུལ་ཁ་ལ་མེ་འབར་སངས། །  
 སངས་གདུག་པ་ཆེ་ལ་དོན་དང་ལྡན། །~~སྒྲེར་~~ སྒྲེར་མའི་སྒྲུ་བྱ་དབྲམ་མར་  
 ཟེན། །སྒྲེར་ཉ་རན་ཤ་བ་ནག་པོ་སངས། །དུ་དུ་བསེ་བརྒྱ་སངས་ཀྱང་  
 ཟེར། །བརྒྱ་གཅིག་རྟ་ནད་བཅོས་ན་བཟང་། །དུག་ལ་ཐུང་མེད་ནང་མོར་  
 བཟང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྒྲིལ་གསོན་བཟང་། །~~འཕྲུ་~~ སྒྲུ་བྱ་གཉིས་གཟེན་  
 གྱུར་ན། །ང་རོག་ཁྱི་སྒྲན་འུག་མཐའ་སངས། །མི་མེད་ལུང་བ་སྟོང་པ་དེར། །  
 བྱ་ཕོ་རོག་ཁྱིས་བས་འུག་པ་བསད། །རྒྱན་བྱ་གཅིག་གིས་གཅིག་བསད་ནས། །  
 བྱ་ཕོ་མ་རོག་གྲུ་རོ་ཡིས་འགྲངས། །ལུག་རྩི་རྒྱད་པོ་གནངས་ཀྱིས་འཆོངས། །  
 གཉིས་བརྒྱག་གཅིག་ནི་འཆོངས་པའི་སངས། །དེ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་  
 པ་ན། །ཁྱི་སྒྲན་འུག་པ་གསེར་མིག་སངས། །འུག་མའི་མགོ་ལ་སྒྲུ་བྱ་རྒྱས། །  
 རི་བོའི་རྩེ་ལ་རྩེ་གིང་རྒྱས། །ཅོན་དན་ནགས་ལ་ཐོག་གྲུ་རྒྱས། །རྩུ་བོ་ཆེ་ལ་  
 བརྒྱབས་རྒྱས། །དམག་པོ་ཆེ་ལ་གནངས་རུས་རྒྱས། །སངས་ཆེན་ཁ་ལ་རྒྱས་  
 པ་ལ། །རྒྱལ་ཆེན་རྩེ་མོ་ཐུང་རྒྱལ་ཡིན། །དེ་ཡང་རང་སའི་སྟོད་དུ་གཅིས། །  
~~སྒྲེར་~~ སྒྲེར་དང་ཐ་མ་གཉིས་ཟེན་པ། །སྒྲེར་མ་ཐང་བྱ་ཆང་ནས་སངས། །

ཡང་ན་ད་རོག་བྱ་དང་རྒྱུ་ཁྲུ་མ་ལེན་  
 བ་བཟང་། བརྒྱད་ལ་ནད་པ་དག་ལ་བཟང་། གསུམ་ལ་ཡ་མའི་མོ་ལ་བཟང་།  
 རྒྱུར་དང་དབུས་མ་གཉིས་ཟེན་པའི། བཤད་པ་དག་ནི་མ་མཐོང་བཞག །  
 གསུམ་ཀར་སོ་ཡིས་བཀྱག་པའི་སངས། ད་རོག་འཁོར་བ་རྒྱ་  
 མཆོ་སངས། རྒྱ་མཆོ་ཉ་ཆེན་ཡོར་མོ་སངས། སངས་ཆེན་ཉ་ཆེན་ཡོར་སངས་  
 འདི། རྒྱ་ཆེན་སྒྲོལ་དང་དམག་ཆེན་འདེགས། རྒྱས་ཆེན་ཅོད་ན་ལྷག་པར་  
 བཟང་། བརྒྱག་གཅིག་མཆོ་ལ་ཁ་ཞག་སངས། སངས་ཟེམ་འབུམ་གྱི་ཐུག་  
 ཅི་སངས། བརྒྱག་གཉིས་ད་རོག་རྒྱ་མཆོ་མར་མེར་ན། རྒྱ་མེན་རྒྱུ་མ་པའི་  
 ལྷག་ལུད་སངས། རྒྱ་མེན་འདྲ་བའི་མི་སོད་ནས། ཉ་སྒྲུ་འདྲ་བའི་ཁོར་ཐོབ་  
 ལུས། དེ་ཡང་རང་སའི་རྩོད་དུ་གཅིས། ཐུག་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་  
 པའི་རྒྱུ། དེ་ཡི་རྒྱུ་ལ་སོས་བཀྱག་སངས། ད་རོག་ཐབས་དབྱིངས་ཤ་  
 བ་སངས། ཤ་བ་སོད་ནས་ཤ་གོད་ཐོར། དེ་ལ་མི་ཁྱི་རྒྱུ་མ་འཐབ། །  
 ཁོར་ལྷུང་བབས་ན་གོད་ཀྱི་སངས། བཞིག་བཟའ་མི་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲལ་ལུས།  
 རྒྱན་འགོ་སར་བབས་ན་ཁོར་འཆོར་དོ། མགོན་སར་བབས་ན་མགོན་པོ་  
 རྒྱེབས། ཉན་པ་ཡིན་ན་རྒྱུར་བར་འཆི། དམག་རྒྱག་གཉིས་ལ་རང་སར་  
 བཟང་། དེ་ཡི་ཐུག་གཅིག་ལ་ཟེན། ད་རོག་གཡུ་ཅེ་སྒྲུང་བྱ་  
 སངས། ཡང་ན་དབྱིག་དམར་དབྱིག་ཐོག་སངས། ཡང་ན་ད་རོག་ཐུན་དུག་  
 རྒྱང་བྱ་སངས། ཟེམ་སངས་ཀྱི་མགྲོགས་བྱེད་དེ། སངས་ཆེན་གཅིག་གི་

བང་མགྲོགས་ཡིན། ཐལ་རིང་རྒྱས་ཆེན་འགོ་བ་དང་། གསེར་ཡིག་བང་  
 ཆེན་གཏོང་ན་བཟང་། ལྷུང་མགྲོགས་གྲོག་དང་འདྲ་བའི་སངས། རང་སའི་  
 བཅོན་ཁྱིམ་རྣམས་སུ་གཅིས། བརྒྱག་གཅིག་གཤམ་སྤངས་གསེར་གསོག་སངས།  
 དཔའ་མགྲོགས་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སངས། ལྷག་པར་རྒྱས་ཆེན་ཚུད་ཉིན་  
 གཅིས། བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབས་ན་ཡིན། སྤྱང་མས་འཕུར་འཐབ་བྱས་  
 པ་ཡིས། ལྷུང་གི་གར་གསོག་མང་ལྷུ་ཐོབ། ལྷུང་ལྷུང་འདྲ་བའི་མི་སོད་  
 བས། གར་གསོག་འདྲ་བའི་ནོར་ཐོབ་ཅུས། ~~མཆ~~ ལྷུ་གུ་གཅིག་དང་སྟེ་  
 རལ་ཟེན། ཟངས་མགོ་དྲིལ་ཏ་སངས་ཞེས་བྱ། གཡོ་ལག་སངས་ཀྱི་གྲོལ་  
 ལྷག་ཡིན། བད་པའི་མོ་ལ་སྤུང་དུ་འཆི། ~~མཆ~~ ལྷུ་གུ་གཉིས་ཀར་ཟེན་  
 པའི་སངས། གཤམ་བུན་ན་བུན་སངས་ཞེས་བྱ། སོ་ཡོན་རམ་པ་ལྟེ་རིང་  
 སངས། སངས་ཆེན་ཁ་འབྱམས་སྟིང་ངན་ཡིན། གཤམ་པ་བྱ་རྒྱུད་མགོ་སེ་  
 ཡིན། གསོག་དུག་རྒྱས་པའི་བྱ་རྒྱུན་ཡིན། ཁྲིང་དང་འཕུར་རྩལ་གང་ཡང་  
 མེད། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ཡིན། རེ་ཡི་སྟེར་ལ་བརྒྱག་གཅིག་ན། ལྷག་  
 ལ་ཁ་བགད་སངས་ཞེས་བྱ། ཅང་སེ་དུང་ལྷུང་གསོག་དུག་རྒྱས། གསོག་  
 དུག་རྒྱས་པས་བྱ་བུན་ཞེས། མི་དཔོན་སྟེ་རེ་མོ་ལ་བཟང་། རེ་ཡང་རང་  
 སའི་རྟོད་དུ་གཅིས། ~~མཆ~~ བཟ་སངས་ཀྱི་ལྷུ་གུ་རྩམ་ཐིག་བྱང་། འབྲོང་  
 ཞེ་ལ་ཁ་བགད་སངས་ཀྱི་བྱ། འབྲོང་ཆེན་སོད་ནས་རྫོང་མཁར་བཞིག །  
 དམག་རྒྱལ་འབྲོང་དེད་ཀུན་ལ་བཟང་། སོ་སྟེར་ཁོང་སེང་ལུ་གུ་རྒྱུད་ཀྱང་

ཟེར། གཡུང་དྲུང་ཆོ་འཕེལ་དངོས་གྲུབ་སངས། རྟོང་གསུམ་གང་བའི་སྒྲ་  
 རྟོ་ལ། འཛམ་གླིང་གང་བའི་ཤིང་གིས་བརྒྱག། འཛམ་སུ་གླིང་བའི་སྤྱི་རྟེན་  
 ཡིན། བྱ་ཡུན་གཡག་རྟ་གཡུ་མིག་སངས་ཀྱང་ཟེར། སངས་ཆེན་གཡུ་འབུག་  
 ཟེ་བ་ཡིན། རྟེ་ཡི་ཡུ་གུ་ཟེན་ཚུལ་གཞན་མ་རྟེན། ~~འཛམ་གླིང་གསུམ་གྲུབ་~~ དམུ་དབལ་སོ་  
 ཡིས་བརྒྱག་བའི་སངས། སོ་ཡོན་ཁ་ལ་སྒོ་ཡུག་སངས། དམུ་དབལ་དམུ་  
 ཚུ་སངས་ཀྱང་ཟེར། ཡང་ན་དམུ་དབལ་དམུ་ཚུ་སངས། སངས་ཆེན་ཡོན་  
 ཤིང་འབྲ་བ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ལན་དུ་ཁྱུང་ཆེན་སེ་རྟོང་  
 ན། ཤིང་ཆེན་སྟ་གིས་བཅད་བ་ཡིན། རྟེ་ཡི་འདོགས་ལུགས་གཞན་མ་  
 རྟེན། ~~འཛམ་གླིང་གསུམ་གྲུབ་~~ སུམ་དང་ཡུག་གཉིས་སོ་སོར་ཟེན་བའི་སངས། རྟོང་སྤྱིར་  
 བོང་བུ་སངས་ཞེས་བྱ། ~~འཛམ་གླིང་གསུམ་གྲུབ་~~ སུམ་དེ་སང་དུ་སོང་བན། སང་ཆེན་མགོ་  
 ཡི་གཡུ་རལ་སངས། གཏུམ་ཆེ་ཡུག་བརྟན་འོད་འབར་སངས། འཕེན་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཡང་སངས་ཡིན། བོན་བཅུན་རྣམས་ཀྱི་གྲོལ་ཡུག་ཡིན། སྒྲ་མ་  
 ཆོས་གྲུ་དར་བའི་སངས། རྟེ་ཡི་སྒྲོང་ཚུལ་ཁྲིམས་གཅད་བའི་སངས། སྒྲོན་  
 པོ་ཚུས་མེད་བརྟན་བའི་སངས། བཅོན་པོ་ཡུག་པོ་བསྐྱབས་བའི་སངས། རྟེ་  
 བུང་འགྲིགས་མདུན་མ་འོང་ངོ་ཡིན། འདི་དང་གཡུ་འབུག་ཟེ་བ་དང་། རྟེ་  
 ཁྱུང་མགོ་ཡི་ནོར་བུ་སངས། འདི་གསུམ་ཡང་དག་སངས་ཆེན་སྤྱན་གསུམ་  
 ཡིན། མེད་པ་ཆེ་གསུམ་སྒྲ་གནས་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་བཟང་།  
 རང་སའི་བཅོན་ས་རྣམས་སུ་གཅེས། སང་གིས་གཉིས་ཀས་འཇུས་མ་རྟེན།



**2000**

གྱི་དཔའ་བོ་ཡོད། །སངས་དཔའ་བསྐྱེས་རིན་ཆེན་བཙུང་བ་ལ། །ཨ་བོ་མེ་  
 ཡི་ཟུར་ཕུད་ཅན། །ཡང་དག་དཔའ་བོ་ཁོ་རང་ཡིན། །ལར་སོ་སངས་ངམ་  
 གཡག་ལས་མྱིད་བས། །ཞེ་ཅ་ནག་ལ་གདུག་རྩུབ་ཆེ། །སྒོ་སངས་དྲུད་ན་ལས་  
 མྱིད་བས། །ཞེ་ཅ་དཀར་ལ་གདུག་རྩུབ་རྒྱུང་། །སོ་སངས་རིགས་རྣམས་ཁས་  
 དག་ལ། །སྒོ་སངས་རིགས་རྣམས་ཁས་དམན་ཡིན། །སོ་སངས་རང་སར་  
 བབས་ནས་སྟ། །སྒོ་སངས་རིགས་ངན་བྱི་སར་བབས། །རང་ཕྱེ་རྒྱལ་ཁ་འོང་  
 བ་ཡིན། །ལར་སངས་རྒྱལ་པོ་འདྲ་བས་ཞབས་འབྲངས་དགོས། །ནད་པ་  
 འདྲ་བས་ཁ་ཆོད་གཅིས། །ཡ་མ་འདྲ་བས་སྐྱུང་གཅིས། །སྐྱུང་གཅིད་  
 བ་བཙོན་སྐྱུང་འོང་། །སངས་ཆེན་ཐམས་ཅད་བྱ་ཆེན་ཡིན། །དཔེར་ན་ཐང་  
 དཀར་ཆོད་དང་འདྲ། །ཐང་ཆེན་པོ་མེད་པར་མི་འབབ་པོ། །གཟན་ལ་རྟ་རོ་  
 ཅམ་ཞིག་དགོས། །སངས་ཕན་ཐམས་ཅད་སྐྱུང་བྱ་ཡིན། །ཤ་རུལ་པོ་མིན་  
 བར་མི་འབབ་པོ། །སངས་མང་དུ་བརྟུན་ན་རྒྱག་མདུར་ལངས། །སངས་  
 གཅིག་བྱུང་ན་ཆས་པ་ཡིན། །སངས་གཉིས་བྱུང་ན་གཏང་བ་ཡིན། །གསུམ་  
 ར་མདའ་རྒྱག་མདུར་སོགས་ཀྱི་ངོ་། །བཞི་འུར་ཆོམས་འདྲེས་པའི་རྒྱག་མདུར་  
 ཡིན། །ལྷ་འབྱུང་བ་ལྷ་ཡི་མདུར་རྒྱག་ཡིན། །དུག་རིགས་དུག་འགྲོ་བའི་བྲེལ་  
 རྒྱག་ཡིན། །བདུན་བརྟུང་རྒྱལ་པོའི་གདན་ཤོར་ཡིན། །བརྟུང་ཡུལ་ལ་འཕོ་  
 འཁུག་བྲེལ་རྒྱག་ཡིན། །དགུ་ཡུལ་ཁམས་དགུ་ཡི་བྲེལ་རྒྱག་ཡིན། །དེ་ཕན་  
 ཆད་ལན་གྱིས་བྱབ་པར་དགེ། །སངས་ཆེན་མཁའ་མྱིང་འཕུར་དུས་དེར། །

དར་སྟེ་མེར་པོ་དགུ་བསྒྲིལ་དགོས། །དེ་སངས་ཆེན་བརྟན་གྱིན་བབས་པ་ཡི། །  
ལན་དུ་དམ་ཐག་བརྒྱུག་ཅན་ཡིན། །སངས་ཐུན་སྦྱང་གོད་འཇུག་དུས་དེར། །  
བདུད་ཅི་ཀ་ར་ལུ་རམ་དགོས། །སངས་ཐུན་བརྟན་གྱིན་བབས་པ་ན། །ལན་  
དུ་སང་གྱི་དཀར་ཐོག་ཡིན། །དེ་ནི་སངས་གྱི་ལན་དབྱུང་ལ། །སངས་གྱི་ལན་  
དུ་དིང་དིང་ན། །འདོད་དགུ་ཆར་ལྟར་འབབ་པ་ཡིན། །རྒྱལ་རྒྱུད་ལས་ཀ་  
ལེན་ན་བཟང་། །སངས་བརྟན་ཀྱང་དིང་དིང་ལན་བབས་ན། །རྒྱབས་གྱི་རྒྱ་  
མཚོ་མེར་བ་ལ། །ཤན་དང་གཟིངས་གྱིས་བསྐྱལ་བ་ཡིན། །རྒྱ་ཆེན་སྒྲོལ་ལ་  
ལྷག་པར་བཟང་། །དིང་དིང་དྲིལ་དཀར་བབས་པ་ན། །སངས་ལ་གསེར་  
དངུལ་ཕྲ་བཀོད་ཡིན། །ཆོས་ཆེན་ཁ་ཡིག་འདེབས་ན་བཟང་། །རྒྱ་ཡེར་རྒྱ་སྒྲོ་  
བབས་པ་ན། །སྒྲ་བས་སྒྲ་དོ་ལོན་ནས་ངམས་ལ་ཤོར། །གཏན་རྒྱས་ལོན་ཁར་  
ཤོར་བའི་གྲོད་དོ་ཡིན། །སྒྱིན་དིང་རྒྱུག་སྒྲ་ཐུག་ལ་ཐུག་ །གལ་བར་དོ་བཅིགས་  
མ་ཁར་དུ་གྱུར། །རྫོང་དང་སྒོག་མ་ཁར་བཅིགས་ན་བཟང་། །བྱ་ལུན་སངས་  
མགོར་ཉི་མ་ཤར། །སྒྲ་མའི་ཆོས་གྲུ་འཇུགས་ན་བཟང་། །ལར་གསལ་བ་སྟེ་  
བཞི་གང་བབས་ཀྱང་། །སངས་མགྲོགས་པ་རྩལ་དང་ལྡན་པ་ཡིན། །རྟ་བྱང་  
མ་དར་དང་འབྲུད་པས་བཟང་། །བྱ་བུར་ཁབ་ལ་ཡང་ཤམ་ཐོགས། །ཁ་ཉེན་  
དཔོན་པོ་འཇོལ་ན་བཟང་། །མུ་ས་མི་གངས་ཁད་གྱིས་གྲོལ། །མང་པོས་ལུ་  
ཆོལ་བྱེད་ན་བཟང་། །མུ་ས་ཤོར་ཁུང་བབས་པ་ན། །དམག་དགུ་ལ་ཆས་  
པས་བྱུན་སྟེ་འཁུང་། །འབྲུག་པ་ནང་ནས་ལངས་བའི་གྲོད་དོ་ཡིན། །ཕ་ཚོ་

མདུང་དང་བ་དན་འཕྲད། །པ་སྐྱུན་སྐྱུན་སྐྱེད་ན་བཟང་། །སྒོ་བརྒྱུག་ཉ་མོ་  
 ཆབ་ལ་རྒྱུག་བ་སྐྱུ་དང་འཕྲད། །ཤ་བ་ནང་འཐབ་འོང་བའི་གྱོད་དོ་ཡིན། །  
 སྒོ་ཆོ་སངས་ཀྱི་སྒྲེ་ཤིང་རྒྱུགས། །ཁྱད་པར་སྒོ་ཆོ་མདུང་བུན། །སངས་བྲག་  
 ལ་ཐོག་གྲ་སྒྲིན་བ་ཡིན། །ལྷག་པར་ཡུལ་གཞིས་འདྲིན་ན་བཟང་། །དུ་དག་  
 སངས་ཀྱི་སྒྲང་བུ་འདྲ་བ་བརྒྱད་རྩ་དེ། །མཁྱོགས་དར་སྒྲི་གཅིག་ལ་ཟེན་བ་  
 ཡིན། །ཅི་ལ་བདེ་བ་ཀྱང་འབྲིང་ཅམ་ཡིན། །སངས་རྒྱུགས་དུར་ལངས་ན་  
 གཉེན་པོ་ཡིན། །སྒྲེ་དཀར་ཡོད་ཀྱི་གཞི་མ་ལེགས། །སྐྱུ་སྒྲེ་ཁ་བྲག་སྒྲང་  
 བུས་བདས་དོ་ཡིན། །བདས་དེད་འཕལ་ལ་སོང་བའི་དོ། །ཐང་ལེ་ཆོང་བ་ཁེ་  
 བྱེད་གྱོད་དང་འཕྲད། །ཐག་རིང་ཆོང་བ་བརྒྱག་དོ་ཡིན། །སྐྱེས་སྒྲིན་ད་པས་  
 སྐྱེན་ཟེས་འོང་སྒོག་ཆད། །ནད་པ་ཆབས་ཆེན་གྱི་བའི་དོ། །ཆོ་ལ་ཆོ་བདུད་ཅི་  
 འབྲི་མར་གསེར་ལྷན་དེ། །སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་བརྒྱད་ཡིན་ཀྱང་། །སེམས་  
 ཅན་གཅིག་གི་དུག་དུ་ཆེ། །སངས་ཟིམ་སྐྱུ་མ་ཅན་ལ་དུག། །ཁྱད་པར་སོ་  
 སངས་ལན་དུང་། །སྒྲང་བུ་མར་ལ་འབྱར་བ་ཡིན། །ཁུ་བརྒྱུག་སྒྲང་མས་  
 སྒྲང་ཅི་སོགས། །གསོལ་དོ་སྒྲིག་པ་ཟས་དང་འཕྲད། །བཀྲ་ཤིས་སྒྲིན་མོ་  
 བྱེད་ན་བཟང་། །ཆོ་ལ་ཆོ་སྒོ་བརྒྱུག་ཉ་མོ་སྐྱུ་དང་འཕྲད། །ཤ་བ་ཤ་ཆོང་  
 འཐབ་པའི་གྱོད་དོ་ཡིན། །ཁྱད་བརྒྱད་སྒྲང་བུ་ཁྱད་ལྷར་ཕྱིང་། །ཁྱད་པར་  
 ཁྱད་བརྒྱད་བུ་བརྒྱུག་ན། །སངས་ནམ་མཁའ་འཕུར་བ་ཁྱད་དང་མཉམ། །  
 བྲན་གྱི་རྩེ་ལ་བསྒྲོན་ན་བཟང་། །ལར་དུང་ཁྱད་སྐྱུན་གསུམ་ལ་སོགས་པ། །

བྱུང་རིགས་བཟང་སྟེ་ལན་བབས་ན། །དགྲང་ནམ་མཁའ་ཡེ་ནས་ཡངས་པ་  
 ལ། །ན་སྒྲན་དྲངས་ན་དེ་བས་ཡངས། །སྟེ་ཆེན་འབྲུགས་པ་འདྲམ་ན་བཟང་།  
 ཤིང་རིགས་དྲངས་མ་བརྒྱག་བཟང་བབས། །རྒྱལ་ཁུ་ཤིང་ཁྲིའི་ཁ་ལ་བྱོན། །  
 ཞབས་ན་ཤིང་རྟའི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོར། །ཁྲིང་བཞི་སྒྲུབ་གྱིས་གཟིགས་པ་ཡིན།  
 རྒྱལ་ཁུ་ཁྲི་ཁར་འདོན་ན་བཟང་། །སྟོ་ཡི་སྒྲོ་བརྒྱག་ཞར་བའི་རིགས། །སྤྱང་  
 སུའི་འགག་ཐག་ཡིན་པས་ངན། །ཨ་ཁད་སྤྱང་སུར་སྟག་རིས་བཀྲ། །གཏམ་  
 བཤད་ཁ་ཐོ་འདོན་ན་བཟང་། །སྤྱང་ཁད་སྟག་མོ་ཤ་ཟེན་སྤྱིང་ལ་འཐོགས། །  
 མི་ཆེན་བཙོན་འཆོར་གྱོད་རོ་ཡིན། །ཁྲོད་ཁད་དགོ་བ་སུ་ཆོལ་རྒྱ་དང་ཐུག།  
 ཐུགས་ནས་མང་པོས་སུ་བའི་གྱོད་རོ་ཡིན། །རང་སྟོན་ལ་སོགས་སད་ཁམས་  
 བ། །སངས་གྱི་དུང་རུ་རྒྱས་པ་ཡིན། །སྒྲན་གཉིས་དགྲ་དང་འབྲུགས་ན་  
 བཟང་། །ཅང་སྟེ་དགྲ་ལ་དབྱང་བསྟེ་བས་བས། །དམག་ཆེན་དུ་མ་འདེགས་  
 བ་བཟང་། །སྤང་ཟེ་སངས་གྱི་མགོ་ལ་གཡུ་འབྲུག་གྲགས། །རྒྱས་དང་གཏམ་  
 སྟན་ཚུད་ན་བཟང་། །ཁྲོད་སུར་སངས་མགོར་སུ་བྱུག་གྲགས། །བང་ཆེན་སོ་  
 ཉ་གཏོང་ན་བཟང་། །དཀར་ཐོག་གཡུང་དུང་བབས་པ་ན། །སངས་ལ་ཕྱི་  
 ཐོག་འབྲུངས་པ་ཡིན། །ཡར་ལ་ལྟ་གསོལ་བྱེད་ན་བཟང་། །བྱི་ལ་སྒྲུལ་འཇུས་  
 བབས་པ་ན། །རྩ་འབྲུལ་བྱི་བསྟོན་པོ་སྤྲ་བས་བསད། །ཡལ་གཞིས་མཁར་  
 ཁང་ཤོར་བའི་གྱོད་རོ་ཡིན། །སྟེ་སུར་སྤྱང་སུ་གཉིས་རྒྱས། །འགའ་འདོད་  
 ཆམ་ལ་ཐབ་པར་བཟང་། །བག་སྟེ་ཡུ་མོར་འདོད་གཙུག་དང་ཐུ། །བཙན་པོ་

ཤེད་ངོམས་དག་དང་འཕྲད། །བཅན་པོ་གྲོ་མདའ་ཐོག་པའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །  
ཡར་ལྗིང་སངས་ཀྱི་འདབ་ལག་རྒྱས། །ལྟ་ཁང་མཚོན་རྟེན་བཅིགས་ན་བཟང་། །  
སྒྲུལ་མཉམ་སངས་ཀྱི་བྱ་ལམ་བདེ། །མགོན་པོ་འགྲོ་འདོད་ལམ་ཞུགས་  
བཟང་། །ཅེ་ར་སངས་ཀྱི་ལུས་ལ་རྣམ་མཚོན་ཐོགས། །དབའ་བོ་གཡུལ་དུ་འཇུག་  
ན་བཟང་། །གཡུང་དུང་གྱེ་བ་ད་རོག་དམུད་བལ་རྣམས། །སངས་ཚེ་དང་  
བཅན་དང་ལྷག་དང་འཕེན། །དེ་དག་རྣམས་དང་འཛོམས་པས་བཟང་། །སྒྲུལ་  
གྱི་བཟང་སྟེ་བབས་པ་ན། །སངས་ལ་གཡུ་ལུང་བཏགས་པ་ཡིན། །ཡ་རབས་  
གཉེན་སྒྲོ་སྟེ་ལ་ན་བཟང་། །སྒྲུལ་ཆད་མདོ་བ་ཇག་དེད་བྱས་ཀྱང་སྒྲ་ཐག་ཆད། །  
བྱས་སུ་རྟ་མཛོའི་ལུས་ངོ་ཡིན། །ཤ་སྒྲུལ་དག་ལ་གསང་ཀྱང་བྱ་ཤོར་ཡིན། །  
བྱས་སུ་མགོ་གཡོགས་འོང་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །སྒྲུལ་སེའོར་དང་བལ་བའི་  
མདུར་རྒྱག་ཡིན། །སྒྲུལ་ཤན་དེད་མོ་ཁམ་པ་འཛོལ་དང་འཕྲད། །དབའ་བོ་  
དེབ་གིར་གི་བའི་མདུར་རྒྱག་ཡིན། །འཁྱུ་སྒྲུལ་བབས་སྒོ་ལྷག་ནི། །ལྟ་ལ་  
གཏད་ཀྱང་སྟོང་ལ་སྟེག། །སྒོ་གཏད་གཏིང་ནས་མེད་པའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །སྒྱིར་  
འཁྱུ་སྒྲུལ་རིགས་རྣམས་གང་བབས་ཀྱང་། །བསད་དུད་རོ་དུད་རེད་པ་ཡིན། །  
ལྟ་གསོལ་ལོག་པར་སོང་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །ནེ་འཁྱུ་སེའོད་བབས་པ་ན། །ཅང་  
སེད་ག་འདུལ་སོང་བ་གྱོད་དང་འཕྲད། །དག་གྱོད་དུས་གཅིག་འོང་བའི་ངོ་། །  
བྱ་རལ་སྒྲིག་མོ་ཁྱོ་ཚོལ་སོང་བས་ཁྱོ་མ་རྟེད། །ཁྱིམ་དུ་ཁྱིན་པས་བཟའ་དང་  
ཁྱོ། །བཟའ་ཆང་ཁྱེ་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །ཡུང་རལ་དག་ཟུན་ཆད་པའི་མདུར་

རྒྱལ་ཡིན། །ཡི་ཡན་རི་བོང་རྩ་ཚེལ་རྩ་མ་རྟེད། །ཚུར་ལ་འོང་ནས་རྩ་མ་ཚོགས་  
 ཤོར། །མི་སྤྱན་ལ་བྱེ་བྲལ་འོང་བའི་ངོ་། །གསེར་བྱ་རྟེད་ཆད་བབས་པ་ན། །  
 སྤྱ་མ་ཚོས་གཤལ་བཞུགས་ལ་མི་ཁ་འཕོག། །དམ་ཚིག་ཉམས་པའི་གྱོད་ངོ་ཡིན།།  
 མར་ལྗོངས་སངས་སྤྱ་ཐུར་དུ་བྱུ། །བྱ་བ་ལམ་འགག་གྱོད་ངོ་ཡིན། །སྤྱོ་བར་ལོར་  
 བྱེད་རིམ་གྱོར་བཏང་བྱུར་ཀྱང་། །ཤི་ཆད་རྒྱན་དུ་འོང་ངོ་ཡིན། །སྤྱོ་བཡོ་བོན་  
 བོ་འདྲེ་དང་ཉེ་བས་སྤྱ་དང་དབྱེ། །བོན་སྤྱགས་པ་ཤི་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །ཁ་  
 ཐུར་སྤྱོ་བརྒྱལ་བབས་པ་ན། །འདྲེ་མི་རྒྱན་སོང་བ་ཐུན་དང་ཐུག། །སྤྱགས་པ་  
 བད་བསྐྱས་འོང་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །སྤྱོ་ཡི་དོང་བུ་དོང་ཐག་ན། །རི་དྲགས་  
 མཐའ་ལ་ཞེན་པའི་མདུར་རྒྱལ་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཁང་བྱེད་སྒྲར་ཐུང་བྱས་ན་  
 ཡང་། །དུད་པ་རྒྱུད་ལྟར་འཕྱུ་བ་ཡིན། །ཁང་པ་དེ་བ་པའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །རུ་  
 སོད་འབྲང་བུ་རྩ་མ་ཁར་བབྱང་ནས་བྱི་དང་འཕྲད། །དགྲ་དང་ལམ་འཕྲད་  
 འོང་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །གཅིག་ལ་མང་བོ་རུབ་པའི་ངོ་། །མ་ཟེ་སྤེ་བཞི་གང་  
 བབས་ཀྱང་། །དཔུང་ཉུང་རྒྱན་མ་རྒྱལ་དང་འཕྲད། །རྒྱལ་པ་ཚུར་འོང་གྱོད་ངོ་  
 ཡིན། །སྤྱམ་གྱི་མ་ཟེ་བབས་པ་ན། །འབྲས་དུག་ལོ་ལེགས་སད་གྱིས་བྱིར། །  
 ལོ་ཉེས་བཅའ་སད་གྱོད་ངོ་ཡིན། །ན་འབན་སྤྱགས་པས་སེར་བ་བསྐྱང་བ་  
 ཡིན། །གནམ་ཐོག་མི་ལ་ལྟངས་པའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །སེ་སྤྱོད་རིགས་ནི་གང་  
 བབས་ཀྱང་། །ཐང་བོ་ཆེ་ཡི་གཞི་དཀྱིལ་དེར། །བྱི་དང་གྲུ་མ་པ་བང་འགན་  
 བས། །གཅིག་ཀྱང་མ་མགྱོགས་གཉིས་ཀ་ཐུལ། །པ་སྤྱན་ནང་ནས་འཕྱལ་

པའི་ངོ་། རྩོད་རིགས་བྱེད་ཕྱག་ཁྲ་ཡིས་བྱེད། །སྤུང་ཆར་བ་གི་བའི་གྱོད་ངོ་  
ཡིན། །སྤྱོད་བྱ་ངན་སྤྱེ་བ་བས་པ་ན། །རྒྱལ་པོ་དོན་གཉེར་སྤོང་བ་དག་དང་  
འཕྲད། །བྱིས་སྤྱད་ག་འཕྲད་གྱོད་ངོ་ཡིན། རྩོད་བྱ་ངན་སྤྱེ་བ་བས་པ་ན། །  
རྒྱལ་མོ་སྤུང་ཆོལ་སྤོང་བས་སྤུང་ཆོལ་རྟེན། །རྩོད་ལ་མ་སྤུང་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །སྤྱོད་  
བྱ་ངན་སྤྱེ་བ་བས་པ་ན། །རྒྱལ་སྤུང་སྤུང་ཆོལ་སྤོང་བ་འདམ་ལ་ཟུག་བྱིས་  
སྤྱོད་གི་འོང་བའི་སྤུང་ངན་ཡིན། །སྤུང་བྱ་ངན་སྤྱེ་བ་བས་པ་ན། །གནའ་  
བསོལ་བྱིན་པ་བྱི་དང་འཕྲད། །དག་དང་གདོང་ཐུག་འོང་བའི་གྱོད་ངོ་ཡིན། །  
སྤོང་སངས་ལན་དུ་སྤོང་སངས་ན། །བསམ་པ་འགྲུབ་ལ་རེ་བ་སྤོང་། །དོན་གཉེར་  
གྲོགས་ཆོལ་འགྲོན་བཟང་། རྩོད་སྤོང་སངས་ལན་དུ་དེག་སངས། །ཤ་བ་གྱུད་  
པ་དུ་ལག་རྒྱས། །སྤོང་འཕྲོང་བ་སྤྱད་ན་བཟང་། །སངས་ཕན་ལན་དུ་སངས་  
ཆེན་ན། །གྲོད་ཀྱིས་བྱ་ཁར་སྤྱེ་བས་པ་ཡིན། །བྱིས་ན་རྩོད་མཁར་སྤྱེ་བས་  
པ་ཡིན། །སངས་ལན་གཡས་བརྒྱག་བཟང་སྤྱེན། །གནམ་སའི་བར་ན་འགྲོ་  
དུག་དར། །མི་དར་ཆུ་འགྲུབ་འོང་ངོ་ཡིན། །སྤུང་བརྒྱག་བཟང་སྤྱེ་གང་བ་བས་  
ཀྱང་། །སངས་བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་ངོ་ཡིན། །གལ་ཏེ་སངས་ཀྱི་ལན་  
ལད་ན། །དག་གྱོད་མི་ཁ་ཁལ་ངན་དང་། །རྒྱས་ཤོར་ཡུལ་སྤྱད་སྤྱར་གྱི་སྤྱ། །  
སྤྱང་ན་འདུ་ཆོགས་སྤེལ་ཟིང་ཡིན། །གཏོ་ལ་རྒྱས་པ་འབུམ་དང་ནི། །ཁམས་  
ཆེན་འདོན་ཅིང་རུ་རྒྱས་བཏེགས། །སྤྱང་སྤྱིད་འབུགས་པ་ཡོ་བཙོས་བྱ། །ལམ་  
བསལ་དགེ་བྱ་འཕྱགས་པ་དང་། །ཆ་ལྟ་གདབ་དང་ཆོགས་བསལ་སྤྱི་ཤིགས། །



མིང་བརྟེ་ལུས་བསྐྱར་སྒྲོང་དག་བྱ། ། ཆོ་ཐར་བཏང་ཁིང་དབང་བསྐྱར་ལྟ། །  
 སངས་གྱི་བཟང་སྟེ་འདི་ནམས་ནི། ། ཉན་པ་ཆབ་ཆེན་དག་དང་ནི། ། ཡ་མ་  
 ཉག་པོ་མ་ཡིན་པའི། ། དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀྱན་ལ་བཟང་། ། དམག་ཆེན་  
 འདེགས་དང་དག་ཅུ་བྱེད། ། ཆོས་ཆེན་ལྟ་ཁང་མཆོད་རྟེན་བཟང་། ། དགོན་  
 གནས་འདེབས་དང་ཐག་མགོན་བྱེད། ། སེལ་དང་བྱ་ལྟང་འདེགས་པ་དང་། །  
 ཡུལ་གཞི་པོ་སྐྱས་བྱེད་པ་དང་། ། སྤྱི་མནན་དག་འདུལ་གཉེན་སྒྲོང་སོགས། །  
 ལས་ཀ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་། ། མདུད་རྫོང་སྟེ་ཆོན་ལེགས་པར་རྫོགས། །  
 ། མོ་ལྟའི་ཆོགས་ལ་གྲས་བཏུད་ནས། ། དེ་ནི་ཅུ་བའི་གཉིས་པ་གང་། ། བྱེ་  
 བྲག་སྟེ་ཆོན་བཤད་པ་ལའང་། ། མདུད་པའི་སྟེ་ཆོན་དག་དང་ནི། ། གནས་གྱི་  
 སྟེ་ཆོན་དབྱེད་པ་དང་། ། གནས་དང་སྐྱར་ཏེ་དབྱེད་པ་གསུམ། ། དང་པོར་སྐྱི་  
 དང་བྱེ་བྲག་དམིགས་བསལ་གསུམ། ། དང་པོ་སྐྱིར་བཏང་མདུད་པ་ལ། ། དིང་  
 དིང་སྐྱོན་དིང་གར་བར་གསུམ། ། བྱ་ཡུན་བྱ་བུར་སྐྱ་ས་གསུམ། ། བ་ཆོ་སྐྱོ་ཆོ་  
 དམ་དག་གསུམ། ། སྐྱེར་དཀར་ཆོལ་ཆོ་བྱུང་བརྒྱུད་གསུམ། ། ཨ་ཁད་རང་  
 སྟན་རྩང་ཟེ་གསུམ། ། བྱོད་ལུང་སྟེ་ལུང་ཡར་དིང་གསུམ། ། སྐྱམ་མཉམ་ཅི་ར་  
 གཡུང་རྩུང་གསུམ། ། བྱེ་བ་ད་པོག་དམ་དབལ་གསུམ། ། སྐྱམ་དང་བྱ་རལ་ལི་  
 ཡན་གསུམ། ། མར་སྤིང་སྟོ་བར་སོ་ཡོན་གསུམ། ། རུ་སོད་མ་ཟེན་འབན་  
 གསུམ། ། དེ་ལྟར་སྐྱམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་པོ། ། སྐྱ་ཁིབ་ཅུ་བའི་མདུད་པར་བརྟན། །  
 རྩོད་དང་བྲག་དང་སངས་དང་གསུམ། ། བྲག་ལ་སྟོ་བྲག་སོ་བྲག་གཉིས། །

སངས་ལ་སྒོ་སངས་སོ་སངས་གཉིས། སྒྱིར་བསྐྱས་སྡེ་ཚན་སོ་དྲུག་ཡོད། །  
 དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི། སྡེ་ཚན་དག་གི་བསྐྱས་པ་ལས། ཐོག་  
 མར་མ་རིག་པའི་སྒྲ་མདུད། འིང་འིང་སྒྱིན་འིང་ནམ་པ་གཉིས། འདུ་བྱེད་  
 ཀྱི་ནི་སྒྲ་མདུད་ལ། སངས་སྒྲོང་ཚོད་འདྲ་བ་སྡེ་གཉིས་ཏེ། སྒོ་སངས་སོ་  
 སངས་ནམ་གཉིས་ཡིན། སྒོ་སངས་ལྷགས་སྒྲུང་འདྲ་བ་དྲུག་ཅུདང་། སོ་  
 སངས་བོང་བ་འདྲ་བ་བརྒྱད་ཅུ་ཞེས། གཙོ་བོ་རགས་པ་བསྐྱས་པ་ཡིན། །  
 བསྐྱེམས་པ་བརྒྱ་དང་བཞི་བཅུར་གནས། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྒྲ་མདུད་ལ།  
 བཏགས་པ་རི་བོ་འདྲ་བ་དགུ། དམ་དག་བྱ་བུར་སྐྱ་སྐྱ་དང་། སྐྱ་ཚོ་བྱུང་བརྒྱུད་  
 ཅེར་དང་། ཡལ་སྡིང་སྒྱིར་དཀར་གལ་བར་ཏེ། རིམ་བཞིན་གཅིག་དང་  
 གསུམ་དང་དྲུག་ བཞི་དང་བཞི་དང་གཅིག་དང་གཅིག་ བརྒྱད་དང་གཅིག་  
 གི་དབྱེ་བ་ཡོད། བསྐྱེམས་པས་ཉི་ཤུ་ཅུ་དྲུག་ཡིན། མིང་གཟུགས་ཀྱི་ནི་སྒྲ་  
 མདུད་ལ། འཕྱོར་བ་བྲལ་ཚོད་འདྲ་བ་སྡེ་དྲུག་སྟེ། བྱོད་སྐྱར་གསུམ་དང་བྱ་  
 སོད་དྲུག་ ལ་ཟེ་བཞི་དང་ན་འབན་གཅིག་ སྐྱམ་མཉམ་གསུམ་དང་སྡེ་བུར་  
 བེ། རྩོ་མཆོན་འདྲ་བ་ཉེར་ལྔ་བཅས། བསྐྱེམས་ན་བཞི་བཅུ་ཅུ་གཅིག་  
 ཡོད། སྒྱི་མཆེད་དྲུག་གི་སྒྲ་མདུད་ལ། སང་སྐར་ཐུན་འདྲ་བ་ཉེར་ལྔ་དང་།  
 སང་ཆེན་གསུམ་བསྐྱེམས་ཉེར་བརྒྱད་ཡོད། རྟེན་འབྲེལ་རིག་པའི་སྒྲ་མདུད་  
 ལ། སྒྲིགས་མ་འདམ་ཐུང་འདྲ་བ་སྡེ་བཞི་སྟེ། སྐྱམ་བྱ་ངན་མཆིམ་ཉི་ཤུ་  
 ལྔ། སྐྱེར་ནག་ལོ་ལྟའི་འགག་ཐག་ཉི་ཤུ་དང་། བྱ་རལ་བྱེ་ཞིག་ཉི་ཤུ་བཞི།

ཡི་ཡན་སྟོང་པ་སྡེ་བརྒྱད་དེ། །བསྐྱེམས་པས་དོན་བདུན་ཙམ་དུ་གནས། །  
 རྟེན་འབྲེལ་ཚོར་པའི་སྒྲ་མདུད་ལ། །དངས་མཚོར་བྱ་འདྲ་བ་སྡེ་བཞི་ཡོད། །  
 སྒྲ་ཚོ་ལྟོན་གིང་འདྲ་བ་དགུ། །ཨ་ཁད་མེ་ལྷེ་འདྲ་བ་བརྒྱད། །རྩེ་ཟེ་རྩ་རི་འདྲ་  
 བ་བཞི། །བྱ་ཡུན་སྒྲོན་མེ་འདྲ་བ་བརྒྱད། །བསྐྱེམས་པས་དྲངས་མ་ཉེར་དགུ་  
 ཡོན། རྟེན་འབྲེལ་སྡེད་པའི་སྒྲ་མདུད་ལ། །སྒྲོ་བྲག་སྒྱུར་གྱི་འདྲ་བ་དུག་ཅུ་  
 ཡོད། རྟེན་འབྲེལ་ལེན་པའི་སྒྲ་མདུད་ལ། །ཚོ་ལ་ཚེ་བརྩུག་ཉིས་སད་ཚོ་  
 གསུམ། །བསྐྱེམས་པས་བརྩུག་དག་དུ་གནས། རྟེན་འབྲེལ་སྡེད་པའི་སྒྲ་  
 མདུད་ལ། །སྒྲོ་བྲག་འཕར་བ་འདྲ་བ་བརྒྱད་ཅུ་ཡོད། རྟེན་འབྲེལ་སྒྲེ་པའི་སྒྲ་  
 མདུད་ལ། །གཡུང་དྲུང་ཉི་མ་འདྲ་བ་ལྷ། །ད་རོག་དགུ་དང་གྲེ་བ་གསུམ། །  
 དུམ་དབལ་བདུན་ཉེ་ཉེར་བཞིར་ཡོད། རྟེན་འབྲེལ་ཁྱ་གིའི་སྒྲ་མདུད་ལ། །  
 རྩེ་བྲག་ག་གིན་རྩེ་འདྲ་བཅོ་བརྒྱད། །ད་ལྷར་སྡེད་པའི་སྒྲ་མདུད་ལ། །ཞིབ་  
 ཚགས་བྲས་ན་དུག་བརྒྱུ་ཡོད། །སངས་ཁྱི་བྲག་འབུམ་ཞེས་སོགས་བཤད། །  
 བབ་སྒྲེན་པ་བསྐྱེམས་པས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཡོད། །བརྒྱག་གིས་བསྐྱར་བ་མི་  
 འདྲ་བྱིམ་ཡོད། །བརྒྱག་གཙོ་བོ་བདུན་བརྒྱ་ཉི་ཤུར་བསྐྱེམས། །དེ་ཡང་གཡས་  
 འཁོར་གཡོན་འཁོར་དང་། །གཡས་དང་གཡོན་དུ་བཏགས་ལུགས་དང་། །  
 སྟེང་དུ་འོག་དུ་བཏགས་ལུགས་དང་། །མདུད་སྒྲོ་ལག་གིས་ཐེན་ཚུལ་དང་། །  
 རྩེ་ཚེ་ལ་སོགས་སོང་ཚུལ་གྱིས། །དབྱེ་བ་བྲས་ན་གངས་མེད་འོང་། །སྡེད་  
 པའི་སྒྲ་གནས་བརྩུག་ཉིས་གྱི། །མ་རིག་ལ་སོགས་ཡུལ་སྐྱེས་བཟང་། །མ་

རིག་གྲོལ་ཕྱག་སྡེ་ཚན་དང་། །བདག་ས་པ་ཆེ་ཡི་སྡེ་ཚན་དང་། །སང་ཁམས་  
ལྷ་ངའི་སྡེ་ཚན་དང་། །དྲངས་མ་ལེན་ངའི་སྡེ་ཚན་དང་། །ཆོལ་བ་བས་ཀྱི་སྡེ་  
ཚན་དང་། །གཡང་དྲུང་སྡེ་བ་ཚོས་སྤྱིད་སྡེ་ཚན་དྲུག་ །བཟང་པོ་དྲུག་ཡིན་དར་  
གུད་དར་བ་དྲུག་ །འདྲུ་བྱེད་ལ་སོགས་ཆུ་མས་ངན། །སངས་འདྲུ་བྱེད་དཀའ་  
ཆོག་ས་ཀྱི་སྡེ་ཚན་དང་། །འཐོར་བ་མིང་གཟུགས་འབྲལ་རུང་གི་སྡེ་ཚན་དང་། །  
སྤྱིགས་མ་རིག་པ་ཁ་འགྱུར་གྱི་སྡེ་ཚན་དང་། །སློ་བྲག་སྤྱིད་པ་མཐོན་གྱི་ཡན་  
ལག་དང་། །སློ་བྲག་སྤྱིད་པ་གྱུར་གྱི་ཡན་ལག་དང་། །ཁྱིའི་བྲག་རྒྱ་ཤི་ཕུང་  
ཉེས་ཡན་ལག་རྒྱམས། །ངན་བ་དྲུག་ཡིན་དར་གུད་ངན་བ་དྲུག་ །རྟེན་འབྲེལ་  
དབང་གིས་སྤྱི་ནང་སྡོད་བཅུད་སྤྱིད། །བཟང་ངན་འབྲིང་གསུམ་རྟེན་འབྲེལ་  
རྒྱ་ལས་ཕྱུང་། །རྟེན་འབྲེལ་རྒྱ་ལས་སྤྱིད་པ་ཆགས་པའི་ཆོ། །ལྷ་དང་འདྲེ་  
དང་བཟང་ངན་པན་གཞོད་སོགས། །གྲུབ་པའི་རང་སྣང་རྟེན་འབྲེལ་བདེའ་  
གཟུགས་ཀྱི། །ཡེ་སྤྱིད་འཕྲུལ་གྱི་རྩ་ཐིག་འདི་དག་གྲང་། །སྤྱིད་པའི་རྩོད་མཁན་  
བདེའ་ཡི་རོལ་མོར་སྣང་། །དབེར་ན་གཟའ་སྐར་ལོ་རྒྱ་ལག་སོགས་བཞིན། །  
སྡེ་དགའི་ལས་སྣང་རྟེན་འབྲེལ་དབང་གིས་སྣང་། །དེ་དག་རི་བཞིན་གཟིགས་  
བ་དྲང་སྤོང་ཆེ། །གཤེན་རབ་མི་བོས་འགོ་ལ་པན་སྤྱིར་བསྟན། །འཁོར་འདས་  
ལྷ་འདྲེ་སྡོན་ཡོན་ཀུན་གྱི་སློག་ །འདི་ལ་རྟེན་འབྲེལ་དབང་གིས་འདུས་པས་  
ན། །རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱུ་གནད་གྱི་འཆར་སློལ་ཡིན། །ལྷ་འདྲེ་བཟང་ངན་དུས་  
གསུམ་ལེགས་ཉེས་མཐའ། །རྟེན་འབྲེལ་རྒྱུད་ལ་མི་བརྟེན་གང་ཡང་མེད། །

དེ་མྱིང་མིང་པ་སྒྲོས་གྱི་དྲང་གིང་འདིས། མིང་པའི་ལེགས་ཉེས་ཐིག་ལ་  
 འདེབས་པ་ཡིན། དེས་ན་འཁོར་འདས་སྣང་མིང་ཀྱང་། མོ་འདིར་འདུ་ཚུལ་  
 ཤེས་བྱ་སྟེ། མིང་པའི་རྒྱུད་ལྟར་དབྱུང་པ་ན། རྩོན་མིང་པ་ཐམས་ཅད་གྲོལ་  
 བའི་ཁུངས། མ་རྒྱ་གསེར་གྱི་རྩས་སྤེལ་མིང་། སྤྱི་གཡུང་དྲུང་མུ་ལེ་མདུད་  
 ཆེན་ནམ། གཡུང་དྲུང་སྒྱུར་ལེང་མདུད་ཆེན་ཡིན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རིགས་  
 དུག་ཆགས། དེ་ཡང་རྒྱུད་མེ་རྒྱུད་ངས། འོག་གཞིའི་དགྱིལ་འཁོར་བཞི་པོ་  
 ཆགས། ཁ་ལང་གཡུ་འབྲུག་ཆེན་མོ་འདི། བཅ་མཁའ་དྲུངས་བའི་སྤྱི་མདུད་  
 ཡིན། བཅ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་རྒྱུད་ཆགས་པའི། སྤྱི་བྱ་རལ་ལག་དཀར་  
 ཡིན། རྒྱུད་ལ་མེའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆགས། སྤྱི་ཨ་ཁད་ལི་ག་དཀར་མོ་ཡིན།  
 མེ་སྟེང་རྒྱལ་དགྱིལ་འཁོར་ཆགས། སྤྱི་ཁྱུམ་གྱི་ར་ཟླ་དཀར་ཐོག་ཡིན། །  
 དེ་སྟེང་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ཆགས། སྤྱི་ཁྱེན་དིང་གཡུ་ཐོག་ཡིན། དེ་བརྟེན་  
 རི་རབ་ལྷན་པོ་བརྟེན། སྤྱི་གཡུ་བར་ཐོང་དཀར་ཡིན། དེ་ལ་དབག་  
 བསམ་ཡོང་འདུས་འབྲུངས། སྤྱི་དམུ་དག་དྲུང་སྟོང་ཡིན། རྩོགས་བཞིར་  
 གྲིང་བཞི་གྲིང་ཐུན་མིང་། སྤྱི་བཞི་ཡི་སྒྱུར་དཀར་སོགས། འོག་ཏུ་འཆད་  
 པར་འབྱུར་བ་ཡིན། ས་འོག་ཀྱུ་ཡི་སྟེ་ཆོན་མིང་། སྤྱི་ཁྱུམ་དཀར་བྱ་བརྒྱུག་  
 ཡིན། བར་དུ་མི་ཡི་སྟེ་ཆོན་མིང་། སྤྱི་དིང་དིང་ལ་སོགས་པ། མི་ཁམས་  
 མདུད་པའི་རིགས་རྣམས་ཡིན། སྟེང་དུ་འདོད་གཟུགས་གཟུགས་མེད་གྱི།  
 ལྷ་ཡི་སྟེ་ཆོན་རྣམ་པར་མིང་། སྤྱི་གཡུང་དྲུང་ལ་སོགས་ཡིན། ས་འོག་

དབག་ཚད་ཉི་ཁྲི་ན། །ཚ་བའི་དབྱུལ་བ་རྣམ་བརྒྱད་ཆགས། །སྤྱི་ཨ་ཁད་  
 རན་རིགས་ཡིན། །དེ་ལའོར་ཉི་ཆེ་ཉི་ལའོར་ཆགས། །སྤྱི་མོ་བྲག་རྩོད་རན་  
 ཡིན། །དེ་དང་འདབ་འབྱོར་གང་དབྱུལ་བརྒྱད། །སྤྱི་རྒྱུམ་གྱི་རན་རིགས་  
 ཡིན། །ས་འོག་དབག་ཚད་ལྔ་བརྒྱན། །ཡི་དྲགས་བྱིངས་ཀྱི་གནས་རིས་  
 ཆགས། །སྤྱི་ཤག་བག་ལི་ཡན་ཡིན། །རྒྱུ་མཆོ་ཆེ་དང་ཁོར་ཡུག་སོགས། །  
 དྲུང་འགྲོའི་སྤྱེ་ཚན་རྣམས་ཆགས། །སྤྱི་སྤོ་བར་རན་རིགས་ཡིན། །བྱི་  
 ལ་ལྷགས་རི་ཕུ་ཁུད་བསྒྲོར། །སྤྱི་སོ་ཡོན་འགྲུག་མོ་བྲག་ །ཁུད་བར་འཛམ་  
 སྤྱིང་འདི་དག་ཏུ། །ཡུལ་དྲུག་མཐའ་ལའོབ་སོ་དྲུག་སོགས། །སོ་སའི་སྤྱེ་མདུང་  
 ཡོད་ན་ཡང་། །ཐམས་ཅད་བརྗོད་བར་མི་ལང་ལ། །བྲག་རྣམས་རྒྱུ་ཡི་སྤྱེ་  
 ཚན་ཡིན། །ཀྱེ་བ་རྟོར་ལ་བྱ་རལ་འཛངས། །སེ་སྤྱོད་སོག་པོ་ད་རོག་པོང་། །  
 སུང་བར་ཀ་མ་ལ་ཡི་སྤྱེ། །བྱ་མེད་བརྩེ་སད་ཁམས་པོན། །དམུ་དབལ་དམུ་  
 ཡི་སྤྱེ་ཚན་ཡིན། །ཡང་རྒྱུ་མོ་སོ་བྲག་རིགས་ཡིན་ལ། །འཛང་ནི་རྩོད་དང་རྩོད་  
 བྲག་ཡིན། །རྟོར་ནི་བག་སྤྱི་བག་སོགས་ཡིན། །པོད་ནི་སྤྱི་བར་རུ་སྤོན་ཡིན། །  
 མོན་ནི་སོ་ཡོན་ལག་བཤལ་ཡིན། །གེ་ལའི་སྤྱེ་མདུང་ན་འབན་ཡིན། །བར་  
 རྒྱང་ལྷ་སྤོན་སྤྱེ་བརྒྱད་དང་། །རི་རབ་ཁང་གསེང་ལྷ་མིན་སྤྱོད། །སྤྱེ་བརྒྱད་སོ་  
 སའི་སྤྱེ་མདུང་སོགས། །མདུང་རྗོད་དང་ནི་གདོན་བཟུང་རྣམས་སྤྱུ་བཤད། །  
 སྤྱིང་བཏང་དག་ཏུ་བསྟན་པ་ནི། །མ་ཟེ་རུ་སོད་ན་འབན་གསུམ། །སོ་ཡོན་  
 རྩོད་ནག་སེ་སྤྱོད་གསུམ། །རྒྱུམ་ནག་བྱ་མེད་རྣམ་དམར་དག། །ལྷ་སྤོན་རན་

ལུར་སྒྲུབ་དགུ་ཡིན། །མཁའ་ལ་ཉི་ཟླ་གཟའ་སྐར་མིང་། །སྒྲ་བྱ་ཡུན་བྱ་ལུར་  
 ལུས་ཡིན། །རིགས་དྲུག་རང་རང་ལས་སྤངས་ལས། །བདེ་སྒྲུག་སྤངས་བ་བསམ་  
 མི་བྱུང། །རིགས་དྲུག་ནོར་བུ་རྣམ་དྲུག་ནི། །ལྷགས་ཁ་ལྷ་ཡི་ནོར་བུ་ཡིན། །  
 དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་མི་ཡི་ནོར་བུ་ཡིན། །སྒོ་མ་ཟེ་ཨོག་དམར་ལྷ་མིན་ནོར། །  
 རྒྱུ་ར་ཟེ་དཀར་ཐོག་བྱོལ་སོང་ནོར། །ཁྲིང་ལུང་ཁད་བྱ་བརྒྱལ་ཡི་དྲུགས་ནོར། །  
 བྱ་རལ་མ་ཁ་བྱ་ཁ་དབྱལ་བའི་ནོར། །དེ་དྲུག་ལུང་བའི་ལུང་བྱེད་ནི། །ཤག་  
 ལེ་ནོར་བུ་གཟི་འབར་ཡིན། །རྣམ་རྟོག་སྒོ་ལུར་ལས་སྤངས་གིས། །བསྐྱེད་བ་  
 ལྷས་ངན་ནོར་བུ་ཡིན། །ལྷས་ངན་ནོར་བུའི་ཁག་ནོན་ནི། །བྱ་ཡུན་དང་གསལ་  
 ལུ་བརྒྱལ་ཅན། །རང་རིག་འོད་གསལ་ཡེ་ཤེས་ཡིན། །དེ་ལྷར་མིང་པ་སྤྲ་  
 ཆོགས་པ། །ཆགས་ཆོད་ཀར་ནག་ཕྱོགས་གཉིས་སྟ། །རྟོན་འབྲེལ་དབང་གིས་  
 ལུང་བ་ལས། །ཡོད་ཁམས་སྒྲོན་བའི་རྒྱལ་པོ་ནི། །སྤངས་བ་འོད་ལྷན་ཉིད་ཏུ་  
 ཤར། །སྒྲ་ནི་དྲིང་དྲིང་སྒོན་མོ་ཡིན། །མེད་ཁམས་ངམ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ནི། །ལུན་  
 པ་ཟེར་ལྷན་ཉིད་ཏུ་མིང་། །སྒྲ་ནི་སོ་ཡོན་ནག་མོ་ཡིན། །རྟེན་ཏུ་ཉི་ཟླ་གཟའ་  
 སྐར་དང་། །ས་ལ་ས་བདག་གཞན་རྒྱུའི་རིགས། །འོ་ཟླ་ཞག་དུས་སྤར་སྒྲེ་  
 སོགས། །མིང་པའི་ཆ་འདོན་ཐམས་ཅད་བྱུང་། །སྤྲ་ཆོགས་ལེགས་ཉེས་རྣམ་  
 པར་སྒྱེད། །བཟང་དང་ངན་དང་ཡོད་དང་མེད། །ལྷ་དང་འབྲེད་དང་ཕན་དང་  
 གཞོད། །བདེ་དང་སྒྲུག་བསྐལ་སྒྱེན་ཡོན་སོགས། །གཉིས་འདོན་སྒོ་ལ་ཅིར་  
 ཡང་སྤངས། །དེ་བས་རྣམ་རྟོག་འདུལ་དོན་དང་། །གཉིས་མེད་དོན་ལ་འཇུག་

པའི་ཕྱིར། །དང་དོན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །ངེས་དོན་དོན་དམ་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། །རྒྱལ་པའི་ཐུགས་རྗེས་འགོ་ལ་གཟིགས། །གཤེན་ཡུལ་འོལ་མོ་  
གླིང་ཆེན་དུ། །སྟོན་པ་གཤེན་རབ་མི་བོར་བསྟན། །སྤྱི་མཐུན་ལྷ་གྱེར་  
རྒྱུད་ཡིན། །ཕྱ་གཤེན་དང་ནི་སྤྲང་གཤེན་སོགས། །བཀྲིད་དྲང་ལམ་གྱི་སྟོ་  
རུ་བསྟན། །ཨ་དཀར་ཐེག་པ་འབྲས་ལུའི་བོན། །གཉིས་མེད་བོན་ཉིད་  
དབྱིངས་སུ་བསྟན། །བོན་གྱི་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་གསུངས། །སྟེ་འགོ་སེམས་  
ཅན་བདེ་ལ་བཀོད། །བསྟུས་ན་སྟོ་བཞི་མཛོད་ལྷར་འདུས། །བན་གྱི་ཐེག་  
དགུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་བྱོན། །སྤྱི་མཐུན་ལ་རམ་ཡིན། །  
སྟོན་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཕྱོགས་རིས་མེད། །གདུལ་བྱ་རང་རང་སྤང་རོ་བྱ། །པན་  
བདེ་མཛད་པའི་སྒྲུལ་སྒྲུལ། །སོ་སོའི་སྟོན་པ་ཉིད་དུ་བཟུང་། །བན་དང་བོན་  
ཞེས་སོ་སོར་དབྱེ། །ཀུན་རྫོབ་རྒྱལ་འབྲས་བསྟུ་མེད་དང་། །དོན་དམ་བདེན་  
མེད་གཞན་གྱིས་ནི། །མི་འགལ་ཕྱིར་ན་དགོངས་པ་གཅིག །རྒྱལ་པའི་རྣམ་  
འཕྱུལ་བསམ་མི་བྱེད། །འཕགས་པའི་མཛད་པ་སྟོ་ལས་འདས། །དེ་ཕྱིར་  
འགོ་ལ་པན་པ་ཡི། །མོ་ཕྱིས་གཏོད་བྱུང་ཆད་མེད་པ། །འཇམ་དབྱངས་སོགས་  
གྱིས་རྣམ་པར་བསྟན། །འཕགས་པ་བསྟུབ་ཅིང་ཉེས་པ་འཆོས། །དེ་རྣམས་  
ཀུན་གྱི་ཆད་རྒྱུད་ནི། །རྒྱས་པར་བརྫོད་དུ་མི་ལང་རོ། །དེ་ཕྱིར་གནས་སྐབས་  
ཞིང་འདྲིའི་ཆོས། །ལྟ་འདྲི་ཅོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་། །སྟོན་པས་མཛད་པའི་  
གཏམ་རྒྱུད་དང་། །དག་སྤྱི་མཐུན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས། །རྒྱས་པར་གཞན་



ལས་ཤེས་པར་བྱ། །འཛིག་རྟེན་འདུས་བྱས་ཡིན་པས་ན། །དང་པོ་ཆགས་  
 པའི་བསྐྱལ་པ་འབྱུང་། །སྒྲ་ནི་དིང་དིང་གཙང་མ་ཡིན། །དེ་ནས་གནས་པའི་  
 བསྐྱལ་པ་འབྱུང་། །སྒྲ་ནི་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ཡིན། །དེ་ནས་འཛིག་པའི་བསྐྱལ་  
 པ་འབྱུང་། །སྒྲ་ནི་ན་འབན་འཐོར་བ་ཡིན། །ཡང་གཅིག་སྒྲུ་མ་གསེར་འབུམ་  
 ལས། །བཤད་པའི་ལམ་སྒོལ་དང་སྒྱུར་ན། །ཡེ་མེད་སྟོང་པའི་ངོ་བོ་ལས། །  
 བྱི་སྟོང་འཛིག་རྟེན་ཆགས་ལུགས་ནི། །ཡི་ལས་རྒྱུད་དཀྱིལ་དོ་རྩེ་རྒྱ་གུམ་  
 ཆགས། །སྒྲ་ལི་ཡན་རྒྱུད་ཁྱི་གཤོག་ནག་ཡིན། །རྒྱུད་འཁོར་ལོ་ཞིག་ན་སྒྲུ་མ་  
 ཡིན། །རྩི་ལས་མེད་པལ་རིན་ཆེན་ཚུལ་དུ་ཆགས། །ཀྱེ་བ་བྱུར་གསུམ་ཨ་  
 བད་ཡིན། །མི་ལས་ཚུ་ཡི་མུང་པོ་ཆགས། །ཚུ་འཁོར་ལོ་ལྷ་སྒྲོར་ཚུལ་དུ་  
 ཆགས། །སྒྲུམ་གྱི་དྲན་རྒྱུད་ཀར་མོ་ཡིན། །འཁོར་ས་དཀྱིལ་བདྲ་འདབ་  
 བརྒྱད་ཆགས། །སྒྱིན་དིང་འབྲི་མིག་འབྲིལ་བ་ཡིན། །སྒྲི་ལས་རི་རྒྱལ་ལྷན་  
 པོ་དེ། །བུམ་པ་ཁོང་གསེར་ཚུལ་དུ་ཆགས། །གལ་པར་འཐོར་བུ་ཅེ་སྟོང་  
 ཡིན། །ཨེ་ལས་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་འཁོར་དེ། །གཡུ་འོད་གུར་ཆེན་ཚུལ་དུ་  
 ཆགས། །དིང་དིང་ཤག་ཆེན་གུར་བཀྲ་ཡིན། །ནང་བཅུད་སེམས་ཅན་གྲོལ་  
 ལུགས་ལ། །མེད་ཁམས་གི་བ་མ་ནག་པོ་ལས། །གཏུག་བ་མུན་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 མིད། །མུན་པ་ཟེར་ལྷན་སྒྲུལ་པ་ལ། །དཔུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགྲོ་གསུམ། །  
 དན་སོང་གསུམ་གྱི་གཞིམ་གྲོལ། །གཏུག་སེམས་རྒྱུད་ལྷན་འཁུལ་པ་ལས། །  
 འོད་ནག་ཡུངས་འབྱུ་ཅམ་ཞིག་མིད། །དེ་ལས་ཡི་གེ་དུ་ཞིག་མིད། །དུ་ནག་

བོ་དེ་ཡི་ས་བོན་ལས། །དུལ་བའི་མྱེ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་གྲོལ། །མྱེ་དཔོན་  
 གཤིན་རྗེ་ཚོས་རྒྱལ་མིང། །སྤྲེ་ཤིང་ཤག་བྱ་རལ་ཡིན། །མྱེ་རིགས་དུལ་  
 ཁམས་བཙུང་བྱེ། །ཚ་བ་དང་ནི་གང་བ་གཉིས། །ཉི་ཚེ་དང་ནི་ཉི་འཁོར་  
 གཉིས། །དེ་བཞིན་འཛིག་ན་རྒྱུ་མ་ཡིན། །སེར་རྩ་མེ་ལྟར་འབར་བ་ལས། །  
 འོད་དམར་མེ་ལྟག་ཅམ་ཞིག་མིང། །དེ་ལས་ཡི་གེ་ཉི་ཞིག་མིང། །དེ་ལས་ཡི་  
 དྲགས་མྱེ་ཚོན་གྲོལ། །མྱེ་དཔོན་ཁ་ལ་མེ་འབར་ཡིན། །སྤྲེ་ནི་ཐུང་བར་ཨ་  
 ཁད་ཡིན། །སྤྲིར་བཏང་མྱེ་རིགས་བཙུང་བྱེ། །མྱེ་དང་ནང་གི་སྤྲིབ་བ་ཅན།  
 བཀྲེས་སྒོམ་གཉིས་དང་བཞི་རུ་འདུས། །དེ་བཞི་འཛིག་ན་རྒྱུ་མ་ཡིན། །གཉི་  
 ལྷག་ལྷན་པས་གཉིབ་བ་ལས། །འོད་མྱོན་ཁབ་མིག་ཅམ་ཞིག་བྱུང། །དེ་ལ་  
 ཡི་གེ་སྤྲེ་ཞིག་མིང། །སྤྲེ་དེ་ལས་བྱོལ་སོང་མྱེ་ཚོན་གྲོལ། །མྱེ་དཔོན་ཉལ་ཤ་  
 སྤང་མགོ་ཡིན། །སྤྲེ་ནི་སྤྲེ་བཀ་ཐས་རྒྱུ་མ་ཡིན། །སྤྲིར་མྱེ་གངས་མེད་མཐའ་  
 ལས་འདས། །ནང་སྤྲེ་ལྷག་གཉིས་དང་ལྷན་འཕྲོབ་གཉིས། །དེ་བཞི་འཛིག་  
 བ་རྒྱུ་མ་ཡིན། །ཡང་ཡོད་ཁམས་གཞི་མ་དཀར་པོ་ལས། །མྱེད་བ་རྩུང་བའི་  
 རྒྱལ་པོ་མིང། །རྩུང་བ་འོད་ལྷན་རྒྱུ་ལས། །རྩུང་དང་མི་དང་རྩུ་མིན་ཏེ།  
 ཡོད་ཁམས་མྱེད་བ་རྩུང་གསུམ་ལས། །འབྱུར་མེད་རྒྱུ་ཡི་རྒྱལ་བ་ལས། །  
 འོད་དཀར་རྒྱ་རྩུང་ཅམ་ཞིག་མིང། །དེ་ལས་ཡི་གེ་ཨ་གཙུག་མིང། །ཨ་ལས་  
 ལྷ་ཡི་མྱེ་ཚོགས་གྲོལ། །མྱེ་དཔོན་དབང་པོ་བརྒྱུ་བྱིན་ཡིན། །སྤྲེ་ཤེ་བ་རང་  
 ཤག་དཀར་པོ་ཡིན། །འོད་ཁམས་གཞུགས་ཁམས་གཞུགས་མེད་ཁམས།

སྒྱིར་སྒྲེ་རིགས་སུམ་རྩ་ཅ་གསུམ་དེ། ཁང་འཕམ་ལྷུང་གཉིས་དང་གྲ་རྒྱ་  
 གཉིས། ཇེ་བཞིས་འཛིག་ན་སྒྲུ་མ་ཡིན། འགག་མེད་གསུང་གི་སྒྲུལ་པ་  
 ལས། འོད་ལྷང་ཁུ་ཉ་མིག་ཅམ་ཞིག་སྟི། ཇེ་ལས་ཡི་གེ་ཐ་གཅིག་སྟི། ཇེ་  
 ལས་ལྷ་མིན་སྒྲེ་ཆོགས་གོལ། སྒྲེ་དཔོན་ཐག་བཟང་རིགས་སྒྲིས་ཡིན། ལྷ་  
 དེ་སྒྲི་ལེ་མིག་དམར་ཡིན། གནམ་གཡེན་ས་གཡེན་བར་གཡེན་གསུམ། གཡེན་  
 ཁམས་སུམ་རྩ་ཅ་གསུམ་ཡོད། ཁང་བདུད་བཅོན་ཁྲུ་གཉན་ནམ་པ་  
 བཞི། མ་མོ་གཤིན་རྩེ་གཉིས་དང་དུག ཤ་ཟ་སྟིན་པོ་གཉིས་དང་བརྒྱད། ཇེ་  
 བརྒྱད་འབྲུགས་ན་སྒྲུ་མ་ཡིན། འབྲུལ་མེད་ཐུགས་གྱི་སྒྲུལ་པ་ལས། འོད་  
 སེར་པོ་ནས་འབྲས་ཅམ་ཞིག་སྟི། ཇེ་ལ་ཡི་གེ་ཐིག་ཅིག་སྟི། ཇེ་ལས་མི་  
 ཡི་སྒྲེ་ཆོན་གོལ། སྒྲེ་དཔོན་ཡེ་སྟོན་རྒྱལ་པོ་ཡིན། ལྷ་ནི་རྩང་ཟེ་ཁ་ལང་ཡིན། ལྷ་  
 སྒྱིར་ཆེན་བཞི་དང་སྒྱིར་ཕན་བརྒྱད། ཁང་ལྷ་དམུ་གཅུག་གསུམ་སྒྲོས་དང་  
 བཞི། མི་ཁམས་སྒྲེ་ཆོན་བཅུ་གཉིས་དེ། ཁང་ལུག་མཆོན་གསུམ་དུག་དང་  
 བཞི། ཇེ་བཞིས་འཛིག་ན་སྒྲུ་མ་ཡིན། འབྲུང་བའི་སྒྲེ་ཆོན་དུ་དབྱེ་ན། ཤ་  
 ཆོ་ཀྱེ་བ་ཡར་དེང་དང་། མར་དེང་སུམ་མཉམ་བྱུང་བརྒྱད་དང་། སྒྲོ་ཆོ་ལུས་  
 དམུ་དག་དང་། སྒྲོ་བར་ནམས་ནི་ཤིང་གི་ཁམས། བྱ་ལུན་ཨ་ཁད་ན་འབན་  
 མེ། སྒྲིན་དེང་གར་བར་སྒྱུར་ངང་ནི། དམུ་དབལ་ནམས་ནི་ས་ཡི་ཁམས། ལྷ་  
 སྒྱིར་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ཆོལ་ཆོང་དང་། སྒྲང་ཟེ་ཅོ་ར་རུ་སྟོན་ལུགས། ལྷ་ལྷ་ད་རོག་  
 རང་སྟན་དང་། གཡུང་དུང་སྒྲུམ་རིགས་རྩ་ཡི་ཁམས། ལྷ་རལ་ལི་ཡན་རྒྱུང་

གི།ཁམས། རྒྱུད་ཁམས་ཤིང་དུ་བཅི་བའང་ཡིན། འིང་དིང་འབྱུང་ལྔ་སྟེ་ཁྱབ་  
 བམ། ཡང་ན་འབྱུང་མེད་ནམ་མཁའི་ཁམས། ཡང་ན་ཡོད་ཁམས་སྤང་བ་  
 ཡིན། སོ་ཡོན་མེད་ཁམས་ཐུན་བ་ཡིན། མ་ཟེ་སྟོ་སོགས་སོ་སོའི་ཁམས། །  
 དེ་ལྟར་སྒྱིར་བཏང་ཤེས་བྱས་ནས། བྱེ་བྱག་སོ་སོའི་ནང་གི་ཁམས། ཅི་  
 རིགས་འཆད་པར་འབྱུང་བས་ཤེས། །ཁམས་ཀྱི་མ་བུ་དག་གོགས་དང་། །  
 འབྱུང་བའི་གསོ་སྦྱིད་གཅོད་འབྲལ་དང་། །ལོ་ཁམས་སོགས་སྤྱར་ཞིབ་དུ་  
 བརྟག། ཁ་དོག་འབྱུང་བའི་རང་མདོག་ནི། ཤིང་ལྗང་མེད་མར་ས་སེར་པོ།  
 ལྷགས་དཀར་ཆུ་ནི་སྟོ་འཕ་ནག མདུད་པ་སོ་སོའི་མདོག་ཁམས་ནི། དཀར་  
 མིང་ཐོག་དང་དམར་མིང་ཐོག སྒྲུག་ཐོག་དང་ནི་གསེར་མིང་ཅན། སོ་སོའི་  
 མདོག་ཀྱང་དེ་ལྟར་བལྟ། གྲངས་ནི་བརྒྱག་དང་ཐུག་ཀྱི་གྲངས། ལ་སོགས་  
 དག་གིས་མཚོན་པར་བྱས། ཡི་གེ་རང་རང་མིང་དང་མཚུངས། ཡི་གེའི་བྱེ་  
 མོ་སྒྱུ་མ་བྱུ་ལ། སྒྱར་བ་སྤྱང་ཡང་གཞན་དུ་བལྟ། དབྱིབས་ནི་ཁམས་ཀྱི་  
 དབང་དུ་ན། ཤིང་འཛོང་མེན་གྱ་གསུམ་ལ། ས་ནི་གྱ་བཞི་ཆུ་ལྷུ་མ་པོ། །  
 ལྷགས་ནི་རྩྭ་ཅན་དུ་འདོད། མདུད་པ་སོ་སོའི་དབྱིབས་ལས་ནི། སྒྱུ་མ་  
 སོགས་འཛོང་མོ་རང་ཁྱག་སོགས། ལྷུ་མ་པོ་ལི་ཡན་སྟོ་ཆོ་སོགས། གྱ་བཞི་  
 ཡིན་ལ་བྱ་རལ་དང་། གལ་བར་གྱ་གསུམ་བསེ་རུ་ནི། གོག་སྦྱིད་ལ་སོགས་  
 སྦྱིད་ཉག་དང་། སྦྱིར་སོགས་པལ་ཆེར་ལྷག་མ་དེ། མདུད་པ་སོ་སོའི་  
 དབྱིབས་ལས་ཤེས། མི་རིགས་ཁམས་དང་གཤིས་ལ་སོགས། མདུད་པའི་

ཁམས་གྱི་བཤད་པས་ཤེས། །དབེར་ན་སེང་གེ་སྒྲེལ་དང་ཁྱི། །གཡུ་འབྲུག་  
 སོགས་གྱི་རྣམ་པ་བཞིན། །རྩལ་གྱི་རིགས་སུ་དབྱུང་པ་ན། །གལ་བར་སྤང་  
 ལ་ཆོལ་ཆོལ་བ། །སྒྱིན་དིང་བེར་ལ་སྤོང་ཆོལ་ཆོལ་དུང། །ཅི་ར་རལ་གྱི་སྤྲུལ་གཞུ།  
 ལྷ་ལྷུང་གྱི་སྤང་ལ་སོགས་པ། །སོ་སོའི་སྒྲུབས་གྱི་དོན་བཞིན་བརྟག། །ཟས་  
 གྱི་རིགས་སུ་དབྱུང་པ་ན། །སེཾྱོད་ཤ་ཁྲག་ཆོལ་ཆོལ་བརྟུང། །སྒྲུམ་བརྒྱུག་འོ་  
 བོ་སྒྲོ་ཆོ་སོགས། །ཤིང་འབྲས་སྒྲེར་དཀར་མཐུད་ལ་སོགས། །སོ་སོའི་རིགས་  
 ལས་དབྱུང་དེ་ཤེས། །དུད་འགྲོའི་རིགས་སུ་དབྱུང་པ་ན། །སྒྲོ་ཆོ་རྟ་ལ་སྒྲེར་  
 དཀར་འབྲི། །སད་ཆོ་ལྷག་ལ་བྱ་རལ་ཁྱི། །ཁྱུང་བརྒྱུད་མཛོལ་བག་ལྷི་ར། །  
 རུ་སོད་གཡག་ལ་སྤང་ཁད་དྲིལ། །དེ་སོགས་སྤྲོ་ཆོགས་སུ་ཤེས་བྱ། །མཆོད་  
 གནས་རིགས་སུ་དབྱུང་པ་ན། །སྤོང་ཆོལ་རལ་བན་དེ་ཡིན། །སད་ར་གྱིར་རྒྱུང་  
 བོན་སྒྲོན་ཡིན། །གསེར་བྱ་དགེ་སྒྲོང་ཆོས་གོས་ཅན། །ཨ་ཁད་བྱ་ཡུན་བརྩེ་  
 ཏ། །རྒྱུང་སྤང་དཔུང་བལ་རིག་སྤྲུལ་མཁམ། །ཁ་ལེ་དཀར་སོགས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་  
 བག་རིགས། །སྤང་ཟེ་སྤྲོན་པ་ལ་སོགས་པ། །སོ་སོའི་སྤྲོ་མཐུད་བཞིན་དུ་  
 བརྟག། །སྤྲུ་གཞི་དག་ཏུ་དབྱུང་པ་ན། །དིང་དིང་གཞི་དང་སྒྱིན་དིང་སྤྲུགས། །  
 ཨ་ཁད་བྱ་ཡུན་མར་མེལ། །གསེར་བྱ་བག་ཆོ་རས་བྱིས་ཐིག། །དཔུང་བལ་  
 དཀྱིལ་ལ་ཁོར་སད་ཆོལ་མོ། །སྒྲུམ་རྒྱུང་གསེར་འབྲུམ་མཐུད་རན་རིགས། །  
 ཐུན་རྩལ་སོགས་སུ་ཤེས་བྱ་སྤྱེ། །བྱ་རལ་རྟོམ་སྤང་སྤང་ཁད་དྲག་པོའི་ཐབས། །  
 དེ་ལ་སོགས་པ་དོན་གྱིས་ཤེས། །ཡུལ་གྱི་གནས་རྩལ་དང་བསྐྱུན་ན། །གལ་

བར་གངས་རི་ཅེ་རྒྱལ་ཡིན། ཅེ་ར་རྩ་རི་སྐྱུག་པོ་ཡིན། །ཐ་ཆོ་བྲག་རི་རྩུར་  
 ཅན་ཡིན། །མར་མྱིང་ནགས་རི་འབྲུག་པོ་ཡིན། །མུ་ས་གཡའ་རི་ཤས་ཆེ་ཡིན།།  
 བླ་སྐར་རྩ་བྲག་འདྲེས་པ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་རྩ་སྐར་འདྲེས་པ་ཡིན། །སོ་  
 ཡོན་བྲག་དང་རྩ་འབབ་ཡིན། །དིང་དིང་རྒྱ་མཆོ་མེར་པ་ཡིན། །སྐྱུ་བྲག་  
 གས་སྐྱ་ཤག་ཤིག་ཡིན། །སྐྱུ་མ་ཉམ་སྐར་སྐར་རི་མོ་ཡིན། །ཡང་ན་ལམ་ཆེན་  
 སྐྱུ་གཤིབ་ཡིན། །དུ་བྲག་ཤིང་རྒྱུང་རིང་མོ་ཡིན། །བྱ་བྱར་བྱེ་སྐར་རིང་མོ་  
 ཡིན། །ཐང་ལེ་ས་ཐག་སྐྱ་པོ་ཡིན། །དོག་ཆངས་སྐར་ཐང་སྐྱ་མོ་ཡིན། །སྐྱུ་  
 བཟང་རྩ་རྒྱན་དྲངས་མ་ཡིན། །སྐྱུ་བན་རྩ་པོ་ཉག་ཉག་ཡིན། །བྱ་རལ་ས་  
 ཉག་གྲུ་གསུམ་ཡིན། །སྐྱིན་དིང་པ་པོང་བརྟན་རྩག་ཡིན། །སྐྱོ་ཆོ་ནགས་ཆལ་  
 ཡིད་འོང་ཡིན། །དེ་སོགས་ཡུལ་གྱི་བཀོད་པར་དབྱུང། །གཙན་གཟན་བྱ་  
 སོགས་འཕུར་འཛོལ་རིགས། །གང་ཡིན་མདུད་རྫོང་སྐབས་ན་གསལ། །  
 གཞན་ཡང་ཕོ་མོའི་བྱུང་པར་དང་། །སྐྱེ་གཟུགས་མཛེས་དང་མི་མཛེས་དང་།  
 ཡོན་ཏན་ཆེ་དང་རྩུང་བ་སོགས། །མདུད་པའི་ཁམས་དང་བརྒྱུག་སོགས་གྱི།  
 རྩལ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཤེས་པར་བྱ། །ལན་བྱེད་ལྟ་ཡི་རིགས་གང་ཡིན། །གཞོད་  
 བྱེད་འདྲེ་ཡི་སྒྲ་རྟགས་སོགས། །ཤོང་འོག་བསྐྱར་ལ་ཤེས་པར་བྱ། །དབང་  
 པོའི་རྩལ་དུ་དབྱུང་བ་ན། །མ་རྒྱུད་བྱེད་བྱར་ལྟ་ཡི་མིག །བྱ་བྱར་མི་ལ་མ་ཟེ་  
 བཙན་གྱི་མིག །སྐྱིན་དིང་སྐྱོ་ཆོ་སོ་ཡོན་གསུམ། །ལྟ་མི་འདྲེ་ཡི་སྐྱ་གསུམ་  
 ཡིན། །གྱེ་བ་སང་དེ་ཨ་ཁད་དང་། །ཨ་ཁད་དང་ནི་རྫོང་ཁད་གསུམ། །འིམ་

བཞིན་ལྟ་མི་འདྲེ་ཡི་ལྟེ། །སང་དཀར་ཆོལ་ཆོལ་ལྟ་ལྟིང་། །ཆོལ་ཆོལ་ལ་དམུ་  
 རམ་ཆོལ་ཆོལ་འདྲེ། །དེ་ནི་མོ་ཡི་སྟིང་གསུམ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་ལྷི་བུར་སྟོ་བར་  
 གསུམ། །ལྟ་མི་འདྲེ་ཡི་ལག་བ་ཡིན། །ཀྱེ་བ་བག་ཐོག་ལྟ་རུས་ལ། །སངས་  
 རོད་མི་རུས་རུས་འདྲེ། །མོ་ཡི་རུས་བརྒྱམ་གསུམ་ཡིན། །སང་ཁམས་སུམ་  
 མཉམ་རྩང་སུམ་མཉམ། །ལྟ་མི་འདྲེ་ཡི་དབྱུགས་གསུམ་ཡིན། །དིང་དིང་  
 གར་བར་བྱ་རལ་གསུམ། །ལྟ་འདྲེ་མི་ཡི་སྟོག་གསུམ་ཡིན། །དེ་དག་བརྩ་  
 གཅིག་བརྒྱད་དང་ལྟར། །རིམ་བཞིན་བབས་ན་རང་གནས་ཡིན། །བརྩ་  
 གསུམ་ཚུགས་ཆེན་ལྟ་བུ་ཡི། །ནང་དུ་དབང་པོ་གང་མེད་ན། །ལོང་བ་སོགས་  
 གྱི་མོ་ཡིན་པས། །སྤར་དབང་པོ་ཉམས་པ་ཡོད་ན་བྱུབ། །མེད་ན་མར་མེ་འབུལ་  
 བ་སོགས། །དབང་ལྡེ་ཡུལ་གྱི་མཆོད་པ་དང་། །དབང་པོ་ལྟ་བུ་བསྟོ་མདོས་  
 གཏོར་བཏར་། །གལ་ཏེ་ལན་དང་གནས་དར་ནི། །བརྒྱུག་ཁ་སོགས་གྱི་སྟོན་  
 རྟགས་ནས། །དབང་པོ་སོ་སོ་ལ་ངན་ཞིང་། །བཟང་བར་བབས་ན་དབང་པོ་  
 ཆང་། །སྤར་སྟེ་ལོ་ཡི་ཚུལ་དབྱེད་ན། །ཨ་ཁད་བྱ་ཡུན་བཟང་སྟེ་རྒྱམས། །  
 བསྐལ་པ་མེ་ཡི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །རུས་སྒྲལ་མགོ་བོ་དག་ལ་གནས། །ཉི་མ་  
 ལྟོ་ཡི་སྟོགས་ལ་དབང་། །བྱུང་བར་མེ་ཡི་དུངས་མའམ། །མེ་དར་བ་ཨ་ཁད་  
 ཕྱི་མ་ཡིན། །བྱ་ཡུན་ཨ་ཁད་སྟོགས་མ་རྒྱམས། །མེ་ཡི་སྟོགས་མ་མེ་ཟད་ཡིན། །  
 མེས་བྱ་ཆ་མ་སྤྲད་བཟའ་ཆང་བཟྱེ། །མེ་ཡི་གནས་མལ་བཞི་ཡིན་ནོ། །ཆོལ་  
 ཆོལ་སོགས་དུངས་མ་ནི། །ལྷགས་ཡིན་སྟོ་གཡོན་ལྷགས་ལ་དབང་། །ལྷགས་

དར་བའོལ་ཆོལ་ལུ་ལྷ་ཡིན། རྒྱུམ་བྲག་ལྷེ་བུར་ལ་སོགས་པ། ལྷགས་ཁམས་  
 རྣམས་ཀྱི་སྟིགས་མ་ནི། ལྷགས་ཀྱི་ཟད་པར་ཤེས་པར་བྱ། ལྷགས་ཀྱི་གནས་  
 མལ་བདུན་ཡིན་ནོ། ལྷགས་ལ་ནོར་གྲོགས་ལྷ་སྤྱད་བཅི། གཤུང་དུང་ལྷ་  
 རྒྱུང་རོག་མི་ཡི་རྒྱ། རྒྱུམ་རིགས་འདྲེ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ལ། བྱང་མཇུག་རྒྱུ་ལ་དབང་  
 པ་ཡིན། རྒྱུང་རྒྱུམ་རྒྱུང་བུམ་པ་ཡིན། རྒྱུམ་བྲག་ལ་སོགས་སྟིགས་མའི་  
 རིགས། རྒྱུ་ཟད་རྒྱུ་ཡི་སྟིགས་མ་ཡིན། རྒྱུ་ཡིས་གཉེན་ལམ་མཐའ་བཞི་  
 པཅི། རྒྱུ་ཡི་གནས་མལ་བརྒྱུ་ལ་དབྱུང། དུམ་དག་ལ་སོགས་ཤིང་ཁམས་  
 ཀྱི། དྲུངས་མ་ཤར་ཕྱོགས་ཤིང་ལ་དབང་། རུ་སྤལ་སྟོེ་གཡས་ཐག་ཏུ་  
 གནས། ཤིང་དར་བསྟོེ་ཆོལ་དུང་བྱ་ཡིན། སྟོེ་བར་དན་པའི་རིགས་བབས་  
 ན། ཤིང་ཟད་ཤིང་གི་སྟིགས་མ་ཡིན། ཤིང་ལས་པ་ཁུ་མེས་གསུམ་པཅི། ཤིང་གི་གནས་མལ་གཅིག་ཡིན་ནོ། སྟིན་དིང་གལ་བར་ལ་སོགས་པའི།  
 དྲུངས་མ་ཡན་ལག་མཆོམས་བཞིར་དབང་། ས་དར་བསྟིན་དིང་གཡུ་ཐོག་  
 ཡིན། ས་ཟད་ཐར་ལེ་སྟོེ་དམར་སོགས། སྟིགས་མའི་རིགས་རྣམས་དན་པ་  
 ཡིན། ས་ཡིས་ཡུལ་མཁའ་ས་ཞིང་པཅི། ས་ཡི་གནས་མལ་བརྒྱུད་ལ་དབྱུང།  
 འབྱུང་བ་དར་དང་མི་དར་བའི། མདུད་པ་དང་ནི་བབས་ལན་ལས། འབྱུང་  
 བའི་མཐའ་རྩིས་ཤེས་པར་བྱ། ཤིང་མེ་ས་ལྷགས་རྒྱུད་ལ། སྟི་བྱུང་འབྱུང་  
 བརྒྱུད་དང་དུག དེ་དུག་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ལམ་ཡིན། ཤིང་ཕྱོགས་ཤིང་གི་སྟོར་  
 རྩིས་ལ། ལུ་ལེ་གམ་དཀར་གཉན་གྱི་ཤིང་། སྟོང་བྱུལ་པ་ཟངས་མ་འདྲ།





ཤིང་ཡིན། ཟ་བ་བརྟན་པ་བྲག་དང་འདྲ། དེ་མ་དོས་ཀྱི་ཡི་གནས་ཁང་ཡིན།  
 ཅི་བདེ་བ་ཅི་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། རི་རབ་མགོ་ལ་སྐྱེ་བྱིང་ཚུགས། ཤིང་སྐྱམ་  
 མགོ་ལ་གསར་བ་སྐྱེས། ཁོ་མི་རིགས་གཅིག་ལ་སྡེ་གསུམ་འཕེལ། དེ་བྱིང་  
 རྒྱུ་མེད་པའི་སྐྱོར་ཅིས་ཡིན། འདྲིར་བྱིང་ཁམས་ལ་སོགས་གང་ཡིན་གྱིང་།  
 སུ་བརྒྱུག་མེད་ཏེ་དཀར་པོ་ཡིན། མ་བརྒྱུག་མེད་ཏེ་གནག་པོ་ཡིན། མ་བྲ་སུ་  
 བྲ་བྲ་པོ་ཡིན། ལྟོ་ཕྱོགས་མེ་ཡི་སྐྱོར་ཅིས་ལ། སྟོང་རི་ལྷ་བགས་ལ་བའི་མེ།  
 ཁམས་གསུམ་གསལ་བའི་སྐྱོན་མེ་དེ། བྱ་བུར་དུང་གི་ལྷ་བ་ཡིན། ལན་དུ་  
 མོ་ཡོན་བབས་པ་ན། ལྷ་བ་གཟུང་ཡིས་གདུག་པ་ཡིན། བག་བྱ་ཡུན་ཁྲི་  
 གདུགས་ཉི་མ་ཡིན། ཏྲ་བདུན་འོད་གྱི་འཁོར་ལོ་ཅན། འདྲི་ཡི་ལན་དུ་མེ་  
 སྟོང་ན། ཉི་མ་ཁག་གི་སྒྲིན་ལ་རུབ། སྐྱ་ཅ་མེད་ལི་ཤོ་དམར་མོ་འདྲི། ཐོག་  
 རྒྱུ་འབར་བ་དྲག་པོའི་མེ། དཔའ་པོ་མེ་དབུང་འབར་བ་ཡིན། ལན་དུ་སྐྱམ་  
 ཆད་བབས་པ་ན། མེ་དབུང་ཆུ་ཡིས་བསང་བ་ཡིན། ཨ་ཁད་ཅི་མ་ལྷགས་  
 གྱི་མེ། མེ་སྐྱག་གདུག་པའི་ཁྲ་ཁྲ་ཡིན། ལན་དུ་མུང་ཁད་བབས་པ་ན། མེ་  
 སྐྱག་ཆང་ནས་ཡར་བ་ཡིན། བྱ་ཡུན་ཡིད་རླུང་དཀར་མོ་དེ། དབྱར་གྱི་རྒྱལ་  
 མོ་དྲོད་གྱི་མེ། གསལ་བ་དྲོད་གྱི་མེ་ཆེན་ཡིན། ལན་དུ་སྐྱམ་མེ་བབས་པ་ན།  
 རླུང་སྐྱག་གང་བས་ཁྱེར་བ་ཡིན། རྒྱུ་མཆོའི་ནང་དུ་མེ་བྱི་ཡིན། གྱེ་བ་སང་  
 དེ་ཨ་ཁད་དེ། རླུང་གསལ་སྐྱོན་མེ་གསལ་བའི་མེ། གསལ་དུང་སྐྱ་མེ་རང་  
 འབར་ཡིན། ལན་དུ་ལི་ཡན་བབས་པ་ན། མར་མེ་རླུང་གིས་བསང་བ་ཡིན།

མེད་དྲུག་བདུད་དང་མ་འབྲུད་དགོས། །མེ་ཡི་མེ་ཏོག་རྣམ་གསུམ་པོ། །བབས་  
ལྷགས་ཤིང་གི་སྐབས་དང་འདྲ། །དེ་ལྟར་དེ་གསུམ་བབས་བ་ན། །དབལ་མེ་  
འབར་བས་ཁམས་གསུམ་གསལ། །མེ་དབྱུང་འབར་བས་དྲུག་ལྷ་སྒྲིག། །མེ་  
སྟག་འབར་བས་འདྲེ་མིག་བཅར། །དྲག་པོ་ཐོག་གི་མེ་ཆེན་དེས། །མྱ་ངན་རྒྱ་  
མཚོ་གཏིང་ནས་སྐྱམ། །གསལ་བ་དོད་ཀྱི་མེ་ཆེན་གྱིས། །མུན་བ་ནག་པོ་  
མཐའ་ནས་གསལ། །གམུང་དུང་ལྷ་མེ་རང་འབར་དེས། །ཁམས་གསུམ་  
གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་བཏེགས། །ཁྱེ་རུའི་དབལ་མཁར་ཅེ་མོ་ན། །དབར་གི་  
སྟག་ལྷ་བྱ་པོ་བཀལ། །ལྷགས་ས་རྒྱུད་ཀྱི་དག་སྤྱེ་འཁོར། །མི་སྤར་མས་དབར་  
རྒྱད་ཐེང་གསུམ་འདོན། །དེ་མེ་དྲུག་མིད་པའི་སྒྲོར་རྩིས་ཡིན། །ལུབ་ཕྱོགས་  
ཕྱགས་ཀྱི་སྒྲོར་རྩིས་ལ། །མད་དཀར་ཆོལ་ཆེ་ལྷ་ཡི་ཕྱགས། །དག་སྤྱེའི་ཡ་ཚ་  
དཀར་པོ་ཡིན་པ་ལ། །ན་འབན་ཡ་ཚ་སྒྲིད་ནས་ཀླ། །སྐྱབས་ཆོལ་ཆེ་གཉན་  
གྱི་ཕྱགས། །ཁྲིང་ཆ་སྒྲོན་མོ་ཡིན་པ་ལ། །གསེར་བྱ་སྒྲོན་མོ་བཅའ་ཡིས་ཟེན། །  
སྐྱམ་བྲག་ཆོལ་ཆེ་སྤྱེ་ཡི་ཕྱགས། །དོམ་ཆ་ནག་པོ་ཡིན་པ་ལ། །མ་ཟེའོམ་ཆ་  
ཅེ་ནས་ཉིལ། །རུ་སྔོད་དབའ་དར་དག་སྤྱེའི་ཕྱགས། །ཁྲོ་ཆ་འབར་བ་ཡིན་  
པ་ལ། །མུང་ཁད་ཁྲོ་ཆ་མེ་ཡིས་བཞུས། །ཆོལ་ཆེ་བྱ་བརྒྱག་ཅང་མེའི་ཕྱགས། །  
དཔལ་དཀར་ལྷན་མ་ཡིན་པ་ལ། །རུ་སྔོད་ཞ་ཉིས་བསྐྱུད་བ་ཡིན། །འབྲུག་  
ཐོག་ལྷ་བྱར་ཐེར་མའི་ཕྱགས། །ཁྲོ་རྒྱན་པོ་ཡིན་པ་ལ། །སེ་སྔོད་སོལ་མེས་  
བཞུས་བ་ཡིན། །ཕྱགས་ཀྱི་བདུད་དྲུག་མ་བབས་དགོས། །ཕྱགས་ཀྱི་མེ་

དོག་རྣམ་པ་གསུམ། །འབབ་བཤད་ཤིང་གི་སྐབས་དང་འདྲ། །དེ་གསུམ་དེ་  
ལྟར་བབས་པ་ན། །དཀར་ཡ་ཆའི་ལྷགས་ལས་ཕོ་རྒྱུད་དར། །ནག་དོམ་ཆའི་  
ལྷགས་ལས་ཕོ་རྒྱུད་དར། །ཕྱོད་ཆའི་ལྷགས་ལས་བྱ་རྒྱུད་འཕེལ། །མ་ཕྱོ་  
ཆའི་ལྷགས་ལ་དག་སྤྲེལ་འཕོར། །དུལ་ཁུན་མའི་ལྷགས་ལ་ཅང་སེལ་འཕོར། །  
ཕྱོ་རྒྱའི་ལྷགས་ལ་ཐེར་མ་འཕོར། །ན་ཉེ་བཞུགས་པའི་ཁུ་བ་ལ། །མུ་མེན་དུལ་  
གྱི་མེདོག་ཐོན། །ཕྱོ་ལྷགས་བརྟུངས་པའི་སྒྲིང་པོ་ལ། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་  
བུམ་པ་ཐོན། །བུམ་པའི་ཁ་རྒྱན་གཡུ་ལས་བྱས། །འབྲས་བུ་མ་དྲིག་གཞོང་  
གང་བབས། །དཔའ་སྒྲིང་ཐོག་པའི་ནང་དུ་རྒྱུད། །སྒྲིས་བྲག་ཁུ་མཆོག་ཁ་ནས་  
བཤད། །སྒྲུ་མཁར་ཁ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །ལྟ་ཁང་མགོ་ལ་གསེར་འབྲུ་ཐོགས། །  
སྒྲུང་པོས་རྒྱལ་ས་ཐེངས་གསུམ་བརྒྱུད། །དེ་ལྷགས་དྲུག་གིས་པའི་སྒྲོར་ཅིས་  
ཡིན། །བྱང་ཕྱོགས་རྒྱ་ཡི་སྒྲོར་ཅིས་ལ། །སྒྲུམ་བུ་བརྒྱག་གང་གྲུ་གིས་པའི་རྒྱ།  
ཐུང་རལ་རྒྱ་པོ་ཐུག་ནས་སྐམ། །སྒྲུམ་ཆད་བུ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །དག་སྤྲེལ་  
དཔལ་རྒྱ་འབར་བ་ཡིན། །མ་དྲོས་མཆོ་མོ་འཁྱེལ་ཆེན་ལ། །ཁང་མ་ཟེ་སྒྲུ་རྒྱ་  
སྒྲིང་ལ་སོང་། །སྒྲུམ་དཀར་བུ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །བདུད་ཅི་དྲན་རྒྱ་དཀར་མོ་  
ཡིན། །རྒྱ་མིག་ལི་མ་ཡིན་པ་ལ། །ཐུང་ཁད་རྒྱ་མིག་གཏིང་ནས་སྐམ། །མ་  
སྒྲུམ་བུ་ལ་བརྒྱག་སོང་ན། །དག་སྤྲེལ་དྲན་རྒྱ་དཀར་མོ་ཡིན། །ཡར་ཆབ་གཅིང་  
པོ་ཡིན་པ་ལ། །ལི་ཡན་གཅིང་ཆབ་གཞུང་ནས་ཆད། །སྒྲུམ་དྲུངས་མ་བུ་ལ་  
བརྒྱག་སོང་ན། །བདུད་ཅི་སྐྱན་རྒྱ་དཀར་མོ་ཡིན། །སྒྲེས་སྒྲིས་སྐྱན་རྒྱ་དུག་དང་

འདྲེས། །མ་ཟེ་གཡུ་ཡི་ཚུ་མིག་དེ། །དག་ལྷའི་དམའ་ཚུ་འབར་བ་ཡིན། །འོང་  
 དམར་དཔའ་ཚུ་དག་ལ་ཤོར། །ཚུ་ཡི་བདུད་དུག་མ་བབས་དགོས། །ཚུ་ཡི་  
 མེ་འོག་དཀར་ནག་ཁ། །བབས་ལུགས་ཤིང་གི་སྐབས་དང་འདྲ། །དེ་གསུམ་  
 དེ་ལྟར་བབས་བ་ན། །ཁྲུང་ཆེན་གང་གུ་ལུག་ནས་འབྱུང། །མ་དྲོས་མཆོ་ལ་  
 །ཁ་ཞག་ཆགས། །ཉི་མས་འབྱུང་ནས་གཙང་པོ་རྒྱས། །གཙང་རྒྱས་ཆབ་ཀྱི་  
 མ་ལག་རྒྱས། །དཔའ་ཚུ་འབར་བ་སེམས་ལ་འཁོར། །བཙན་དུག་འབྱུང་བ་  
 བདུད་ཅིར་རེད། །མོ་སྐམ་ཁོག་བར་འཕེལ་ཚུ་ཚུད། །ལུང་སྐམ་ནང་ནས་ཚུ་  
 མིག་དོལ། །མོ་མཛངས་མའི་བར་ན་བུ་གསུམ་ཆར། །དེ་ཚུ་དུག་མིད་པའི་  
 སྒྲོར་ཅིས་ཡིན། །དབུས་ཕྱོགས་ས་ཡི་སྒྲོར་ཅིས་ལ། །ཀྱེ་བ་གཡུང་དུང་ལྟ་ཡི་  
 ས། །འདི་ཡི་ལན་དུ་ལི་ཡན་ན། །གཡུང་དུང་འཕེལ་ས་དཀར་པོ་ལ། །མུ་  
 སྟེགས་ས་མཆོར་བཙས་བ་ཡིན། །ད་རོག་མ་དྲོས་ཀྱུ་ཡི་ས། །སྒྲོན་པའི་དང་  
 ར་དཀར་པོ་ལ། །སེ་སྒྲོད་ལན་དུ་བབས་བ་ན། །སྒྲོན་པར་དམེ་ཡི་ས་པོན་  
 བདུབ། །མུ་ས་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ས། །དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ས་གཞི་ལ། །  
 སྐམ་ཆད་སྒྲིན་དིང་ཆབ་ཀྱིས་བཤལ། །དིང་དིང་ཆགས་བ་སྤིང་བའི་ས། །  
 ཡོད་ཁམས་གཞི་མ་དཀར་བ་ལ། །ལན་དུ་སོ་ཡོན་བབས་བ་ན། །མེད་ཁམས་  
 ལུན་བས་གཡོགས་བ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་འབྲས་དུག་ནས་གྱི་ས། །ལོ་འོག་སྒྲེ་  
 བའི་ས་ཞིང་ལ། །ན་འབན་ལོ་ཐོག་སེར་བས་བཙོམ། །དཀར་ཐོག་བདུད་ཅི་  
 སྒྲན་གྱི་ས། །སྒྲན་ཅི་ཐོག་འབྱུངས་བའི་ས་བཟང་ལ། །ལན་དུ་སྒྲོ་བར་བབས་


བ་ན། སྒྲོན་ལྡོང་དུག་གི་སྤྲོད་པོ་སྒྲེས། ས་བདུད་དུག་པོ་མ་བབས་དགོས། །  
 ས་ཡི་མེ་རྟོག་རྣམ་གསུམ་པོ། བབས་ལུགས་བཞིན་རྟུ་བབས་བ་ན། གཤུང་  
 རྟུང་འཕེལ་ས་དཀར་པོ་ལ། སྒྲོན་པའི་མི་བབས་ལྟ་རྟུ་གོ་ལ། མྲོང་ལུང་དང་  
 ར་དཀར་མོ་ན། ལྷུ་ཡི་གསེར་མཁར་སེར་པོ་ཚར། རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་  
 གཞི་ལ། དགོས་འདོད་ནོར་གྱི་གཏེར་ཁ་དོ་ལ། ཆགས་བ་ས་ཡི་དགྱིལ་  
 འཁོར་ལ། སྒྲེ་འགོ་མི་ཡི་ས་བོན་ཚུགས། འབྲས་དུག་ནས་གྱི་ཁིང་ས་ལ། །  
 གང་བཏབ་སྒྲེ་མ་འབྲས་བུ་སྒྲིན། བཅོན་དུག་རར་མའི་སྤྲོད་པོ་ལ། བཟང་  
 དུག་སྒྲོན་གྱི་མེ་རྟོག་འབྲུངས། ས་དོག་མའི་དགྱིལ་ན་དགྱིལ་འཁོར་བཀ། །  
 སྤང་དཀར་དགྱིལ་ན་མེ་རྟོག་འབྲུངས། མི་དབུལ་པོས་ལྷུག་གཡང་ཐངས་  
 གསུམ་ལོན། ས་དུག་སྤྲོད་པའི་སྒྲོར་ཅིས་སོ། སྤྱི་བྱལ་རྒྱུད་གི་སྒྲོར་ཅིས་ལ། །  
 ལི་ཡན་རྒྱུད་ཁྲི་གཤོག་ནག་དེ། བམ་མཁར་འཕྱོ་བའི་རྒྱུད་ཆེན་ཡིན། ལི་  
 ཡན་ལི་ཅ་དམར་མོ་དེ། དྲུངས་སྤྲིགས་འབྱེད་པའི་སེར་བུ་ཡིན། ལི་ཡན་  
 བྱུང་བ་རྒྱུད་ཆོད་དེ། སྤྱིང་བཞི་བསྒྲོར་བའི་མགྲོགས་རྒྱུད་ཡིན། རང་སྟན་  
 ལྟ་རྒྱུད་དཀར་མོ་དེ། ལྟ་རྒྱུད་ནམ་མཁར་བྱལ་བའི་རྒྱུད་། སྤྱིང་དཀར་ཀྱུ་བྱི་  
 རྟུང་འདབ་དེ། ཁོང་སྒོག་བརྟན་པའི་ཁ་དབུགས་ཡིན། བྱུང་ལ་ཁྲི་མ་དུན་  
 དུན་དེ། རྒྱུད་དུག་ཆགས་པའི་གཞི་མ་ཡིན། དེ་དུག་གི་ལན་རྟུ་བདུད་དུག་  
 བྱི། རིམ་བ་བཞིན་རྟུ་སྤྱར་བྱ་སྤྱེ། བྱུང་ལ་རྒྱུད་ཆེན་སྤྱབ་ནས་རལ། །  
 གསེར་བྱ་སེར་བུང་ད་ཐག་ཆད། ཐང་ལེ་རྒྱུད་སྤྱ་བྱག་གིས་བཅད། སྤྱོ་བར་

རྒྱུད་དེ་བྱ་བར་བརྟུང་། །སྒྱུ་ཕྱོན་ཁ་དབྱུགས་ཁོང་ནས་ཆད། །མ་ཟེ་རྒྱུད་གི་  
 ཁྱི་འཕང་ཞིག །བདུད་དུག་དེ་དང་མ་འཕྲད་དགོས། །རྒྱུད་གི་མེ་དོག་དཀར་  
 ཁྲ་ནག་གསུམ་པོ། །གནས་མལ་གསུམ་དང་བ་ཁོག་གསུམ། །ཁྱི་ས་བཞི་རུ་  
 བབས་ན་གཅིས། །དེ་གསུམ་དེ་ལྟར་བབས་པ་ན། །རྒྱུ་ཆེན་ནམ་མཁའི་  
 དབྱིངས་ནས་འཕྱོ། །རྒྱུ་ཚང་མི་མདོན་དབྱིངས་ན་བཅའ། །རྒྱུ་མེར་བུས་  
 འབྱུང་བ་དྲངས་སྟྭགས་འབྱེད། །མཁྱོགས་པའི་རྒྱུད་གིས་གླིང་བཞི་བསྐོར། །  
 སེམས་ཅན་ཁ་དབྱུགས་རྒྱུད་ལ་བརྟེན། །རྒྱུད་དུག་མིད་པ་ཁད་གིས་ཆགས། །  
 ཏྲ་མདོ་བའི་བར་སྒྲ་རྒྱུད་བས་མཁྱོགས། །དམག་དཔོན་ཚུས་མགོ་རྒྱུད་བས་  
 མགོ། །སྒྱིས་དར་མའི་དཔའ་སེམས་སྟག་པས་ཆེ། །ཏྲ་མདོ་བས་མཁྱོགས་  
 དར་ཐེངས་གསུམ་བྲང། །དེ་རྒྱུད་དུག་མིད་པའི་སྐོར་ཅིས་ཡིན། །སྒྱི་བྱབ་  
 འབྱུང་བའི་སྐོར་ཅིས་ལ། །ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་སྟོ་ཆེ་ཡིན། །མེ་གསལ་ལ་  
 འབར་བ་ཨ་བྱུང་ཡིན། །ས་བརྟན་ལ་བརྩིང་བ་སྒྱིན་དིང་ཡིན། །ལྷགས་སྒྲ་  
 ལ་གཉེན་པ་ཆོལ་ཆེ་ཡིན། །རྒྱ་དར་ལ་འབྱུབ་པ་སྒྱུ་ཕྱོན་ཡིན། །རྒྱུད་གྲང་  
 ལ་བཤུན་པ་སྒྱུར་ལེབ་ཡིན། །དེ་དུག་འབྱུང་བའི་མ་དུག་ཡིན། །བྱོད་ལྷུང་བྱ་  
 ལྷུང་ལྷི་བྱར་གསུམ། །སོ་སངས་སྟོ་སངས་ཅེ་ར་སངས། །དེ་དུག་འབྱུང་བའི་བྱ་  
 དུག་ཡིན། །ཁྱེ་བ་ད་རོག་དམུ་དབལ་གསུམ། །ཅེ་ར་ཡར་ལྷིང་སྟོ་ཆོ་དུག །  
 དེ་ནི་འབྱུང་བའི་གོགས་དུག་ཡིན། །མ་ཟེན་འབན་རུ་སོད་གསུམ། །ཁྱོད་  
 དང་རྒྱ་སྣང་སེ་སྟོད་དུག །འདི་དུག་འབྱུང་བའི་དག་དུག་ཡིན། །སོ་ཡོན་སྟོ་

བར་མར་ལྷིང་དང་། རྒྱུ་དོ་ལི་ཡན་གླེས་སྒྲི་ལྷེ། །འདི་དྲུག་འབྱུང་བའི་བདུད་  
 དྲུག་ཡིན། །སོ་བྲག་སོ་བྲག་རྩོད་བྲག་གསུམ། །སྒྲིར་བྲག་དམུ་བྲག་སྐྱ་བྲག་  
 དྲུག་ །འདི་དྲུག་འབྱུང་བའི་གསེད་དྲུག་ཡིན། །མ་དྲུག་ལན་རུ་དག་དྲུག་ན།  
 མ་དྲུག་བགས་པ་རལ་བ་ཡིན། །ཁུ་དྲུག་ལན་གྱི་བདུད་དྲུག་ན། །ཁུ་དྲུག་སྒྲུ་  
 མཁར་འབྲེལ་བ་ཡིན། །གྲོགས་དྲུག་ལན་རུ་གསེད་དྲུག་ན། །དག་དྲུག་གྱེན་  
 ཁ་ལོག་བ་ཡིན། །གསེད་དྲུག་ལན་རུ་བདུད་དྲུག་ན། །གསེད་དྲུག་བདུད་རུ་  
 བབས་བ་ཡིན། །སོ་སའི་མ་བུ་དག་གྲོགས་གསེད། །གང་དང་གང་ལྷང་ཞིབ་  
 བརྟགས་ལ། །མ་དྲུག་བགས་པ་རལ་མ་རལ། །ཁུ་དྲུག་སྒྲུ་མཁར་འབྲེལ་མ་  
 འབྲེལ། །གྲོགས་དྲུག་བར་མཛོད་སྟོང་མ་སྟོང་། །དག་དྲུག་གཙན་ཁ་ལང་མ་  
 ལང་། །བདུད་དྲུག་སྒོག་ལ་བབས་མ་བབས། །གསེད་དྲུག་རུས་སྒྲིམ་མ་  
 སྒྲིམ། །ཐམས་ཅད་རྒྱུ་པ་བཞིན་བརྟག་པར་བྱ། །འབྱུང་བ་ཁོག་རྒྱུང་ལས་བཤད་  
 བའི། །འབྱུང་བ་སྒྲུ་མ་རུ་ཅད་དྲུག་བཤད། །སད་མུ་ལེ་སྒྲུ་མ་རུར་རྩ་ཡི་རྒྱུང་། །  
 ལྷ་ཁམས་ཐམས་ཅད་འདི་ལས་གྲོལ། །ལི་ཡན་རྒྱུང་ཁྲི་གསོག་ནག་ལྷ་མིན་  
 རྒྱུང་། །དམུ་དབལ་བ་སྒྲུ་སྒྱར་བཞི་མི་ཡི་རྒྱུང་། །སྒྲིར་ནག་སྒོ་བརྒྱུག་བྱོལ་  
 སོང་རྒྱུང་། །ལི་ཡན་ར་བཞི་བརྒྱུག་པོ་ཡི་དྲུགས་རྒྱུང་། །མ་ཟེ་སྒོ་བཞི་དམུལ་  
 བའི་རྒྱུང་། །དེ་རིགས་དྲུག་རྒྱུང་གི་ཁམས་དྲུག་ཡིན། །རྒྱུང་དྲུག་ནང་ནས་ལྷ་  
 རྒྱུང་བཟང་། །སྒྲུ་རུར་ཨ་ཁད་ལྷ་ཡི་མེ། །ལྷ་ཁམས་ཐམས་ཅད་འདི་ལས་  
 གྲོལ། །དེ་བཞིན་བྱ་ཡུན་ཁ་སྒྱུན་ནམ། །སོལ་བྱ་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་མེ། །དིང་ནམ་



དཀར་མོ་ཞེས་པའམ། །རྒྱུ་སྒྲུང་གི་ལུང་མི་ཡི་མེ། །སྒྲུམ་རྩུང་ཨ་ཁད་སྒྲོ་  
 བརྒྱུག་གསལ། །སྒྲེལ་སྒྲུག་ཁར་བ་ཕྱོལ་སོང་མེ། །ག་ཚུ་བྱ་ཡུན་ཞེས་པའམ། །  
 ལུང་ཁད་ཡི་དྲུག་ས་ནམས་གྱི་མེ། །སྒྲུ་དམར་སྒྲོ་བརྒྱུག་ཅེས་པའམ། །ལུང་  
 ཁད་ཁར་བ་དཔུལ་བའི་མེ། །མེ་དྲུག་ནང་ནས་ལྷ་མེ་བཟང་། །སང་ཟེ་དབལ་  
 སྒྲུག་ཅེས་པའམ། །སང་ཟེ་བྱ་བརྒྱུག་ལྷ་ཡི་ས། །རི་བཟོད་མིག་ཅེས་པའམ། །  
 མོ་སངས་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་ས། །སྒྲིན་དིང་རིན་ཆེན་གྱུར་བཀྲ་མི་ཡི་ས། །བྱ་རལ་  
 ལུམ་ལུས་ཕྱོལ་སོང་ས། །ནག་པོ་ཐོད་ཡོད་ཅེས་པའམ། །སེ་སྟོད་ནག་ཐོག་  
 ཡི་དྲུག་ས་ས། །བན་མོད་ཁ་མོ་ཞེས་པའམ། །དཔུ་དག་ནག་ཐོག་དཔུལ་བའི་  
 ས། །དེ་རིགས་དྲུག་གོལ་བའི་ས་དྲུག་ཡིན། །ཆོལ་ཆེ་གྱུར་བཀྲ་ཞེས་པའམ། །  
 ཆོལ་ཆེ་བྱ་བརྒྱུག་ལྷ་ཡི་ལྷུག་ས། །ད་དཀར་ཟེ་ཟེ་ཞེས་པའམ། །སྒྲུ་བྲག་ཆོལ་  
 ཆེ་ལྷ་མིན་ལྷུག་ས། །སྒྲོ་ཆེ་གྱུར་བཀྲ་ཞེས་པའམ། །ར་བཞི་བརྒྱུག་པ་མི་ཡི་  
 ལྷུག་ས། །རུ་སོད་དབལ་དར་ཕྱོལ་སོང་ལྷུག་ས། །སོ་ཡོན་ནག་མེ་ཡི་དྲུག་ས་  
 ལྷུག་ས། །སྒྲོ་བར་རྟེང་བཤལ་དཔུལ་བའི་ལྷུག་ས། །དེ་དྲུག་ལྷུག་ས་ཁམས་  
 བམ་པ་དྲུག་དིང་དིང་གྱུར་བཀྲ་ལྷ་ཡི་ཚུ། །ལུང་བརྒྱུང་རོག་པོ་ལྷ་མིན་ཚུ། །  
 ད་རོག་འཕུལ་ཤ་མི་ཡི་ཚུ། །སྒྲུམ་ནག་མ་ཟེ་ཕྱོལ་སོང་ཚུ། །སྒྲུམ་གྱི་སྒྲོ་བརྒྱུག་  
 ཡི་དྲུག་ས་ཚུ། །སྒྲུམ་ཆད་སྒྲོ་བརྒྱུག་དཔུལ་བའི་ཚུ། །རིགས་དྲུག་གོལ་བའི་ཚུ་  
 དྲུག་ཡིན། །ཅེ་ར་དཀར་པོ་ལྷ་ཡི་ཤིང་། །ཕ་ཆོ་སྒྲོ་བརྒྱུག་ལྷ་མིན་ཤིང་། །དཔུ་  
 དག་དྲང་ཤིང་མི་ཡི་ཤིང་། །མར་ལྷིང་ནག་པོ་ཕྱོལ་སོང་ཤིང་། །ཁྲི་མ་ཁྲི་ཐོག་

ཅེས་བཤམ། །གནམ་ས་བྱ་རལ་ཡི་དྲགས་ཤིང་། །བྲི་མ་ལག་ཆགས་ཅེས་  
 བཤམ།།  སྒོ་བྲག་མཐུད་འཛིན་དཔལ་བའི་ཤིང་། །དེ་རིགས་དྲུག་  
 གྲོལ་བའི་ཤིང་དྲུག་ཡིན། །ལྷ་དྲུག་ལན་དུ་དཔལ་དྲུག་ངན། །བབས་ན་འབུམ་  
 འདོན་ཆ་ཆ་གདབ། །མི་ལ་བདུད་དུ་ལྷ་མིན་འཛིགས། །བབས་ན་ཆོ་ག་ཟུངས་  
 བདུད་བཀར་བྱ། །བྱོལ་སོང་དྲུག་ལ་དཔལ་དྲུག་འཛིགས། །བབས་ན་ཡས་  
 དང་དར་མི་བོར། །ལྷ་མིན་དྲུག་ལ་བྱོལ་སོང་འཛིགས། །ཆོས་འདོན་ཚུ་སྦྱིན་  
 བདུད་བརྒྱུག་བྱ། །དཔལ་བ་དྲུག་ལ་ཡི་དྲགས་འཛིགས། །ཚུ་སྦྱིན་འཁོང་  
 བཀར་གཡང་སྐྱབས་བྱ། །ལྷ་མིན་ཡི་དྲགས་ལན་མ་རྟེན། །ཡང་ཤིང་ལ་རང་  
 བདུད་རྣམ་གསུམ་ཡོད། །ཤིང་དྲང་པོར་སྦྱེས་པ་སྟར་ཡུ་བྱས། །སྟར་ཡུ་བྱས་  
 བས་ཤིང་སྒོག་གཅོད། །དེ་སྦྱར་གྱི་རྒྱུ་ཆོད་ཆོད་དུ་བྱུང་ཡིན། །ཤིང་འགྲུག་པོར་  
 སྦྱེས་པ་རྟེན་ཡུ་བྱས། །རྟེན་ཡུ་བྱས་བས་རང་སྒོག་བཅད། །དེ་ནི་སྦྱོལ་ཁ་བུར་  
 ཡིན། །ཤིང་འགྲུག་པོར་སྦྱེས་པས་ཟོར་ཡུ་བྱས། །ཟོར་ཡུ་བྱས་བས་རང་སྒོག་  
 བཅད། །དེ་ནི་མར་མིང་ཁུ་ཡོར་ཡིན། །འདི་གསུམ་ཤིང་གི་རང་བདུད་ཡིན།།  
 ཤར་སྟག་ཡོས་ལོ་བའི་མཐའ་མིག་ཡིན། །རྫོང་ལྷགས་བར་གྱི་མེ་དེ་ནི། །རྫོང་  
 གི་སུམ་ཟུར་ཨ་ཁད་ཡིན། །དྲག་པོ་ཐོག་མེ་རྫོང་མུང་ཁད། །མགྲོགས་པ་  
 སྒོག་གི་མེ་དེ་ནི། །ཀྲེ་བ་སང་དེ་རྫོང་ཁད་ཡིན། །མེ་འདི་གསུམ་མི་རྟག་མོད་  
 ལ་འཛིགས། །རྟེན་ཡུ་ལོ་བའི་མཐའ་མིག་ཡིན། །དྲང་པོ་ལམ་གྱི་ས་ཐང་ལེ།།  
 བརྒྱལ་བ་ཞིང་གི་ས་སོ་ཡོན། །འབྲོགས་པོ་ངམ་པ་མུང་བྱལ་དེ། །ས་རང་

བདུད་འབེབས་བརྒྱམ་གསུམ་ཡིན། །མཚམས་བཞི་ལོ་པའི་མཐའ་མིག་ཡིན།།  
 དང་པོར་སྒྲེས་པའི་གདར་དེ་ནི། །ཆོལ་ཆེ་སྒོལ་བརྒྱག་སོང་ཡིན། །འཛོང་  
 པོར་སྒྲེས་པའི་ཐོ་བ་ནི། །སྒླ་བྲག་ཆོལ་ཆེ་ཞར་བ་ཡིན། །འཕྱོགས་པོར་སྒྲེས་  
 པའི་སྒླམ་པ་ནི། །སད་དཀར་ཆོལ་ཆེ་སྒོལ་བརྒྱག་ཡིན། །དེ་གསུམ་ལྷགས་ཀྱི་  
 རང་བདུད་ཡིན། །བྱ་སྒྲེལ་ལོ་པའི་མཐའ་མིག་ཡིན། །དོང་ཁའི་རྒྱ་དེ་སྒྲུམ་སེ་  
 ཡིན། །འཕྱོགས་པོར་རྒྱ་དེ་རྒྱ་སྒྲུམ་ཡིན། །འགྲུག་པོ་དམུ་རམ་ཐེས་སྒྲུམ་ཡིན།།  
 དེ་གསུམ་རྒྱ་ཡི་རང་བདུད་ཡིན། །འབྲུང་པའི་རང་བདུད་འདི་དག་རྣམས། །  
 གནམ་ལོ་ལོག་མིན་གདན་ས་སྤྱ། །ཞགས་པས་མི་བྱིག་བདུད་གསུམ་ཡིན།།  
 རུས་ཁམས་སྒྲེ་ལྷ་རང་རང་གི། །བདུད་ཡིན་འདི་དང་འཕྲད་ན་ངན། །རུས་སོ་  
 སོའི་སྒྲི་འདུལ་བྱེད་ན་བཟང་། །རུས་ཀྱི་སྒྲི་དེ་སོང་བ་ཡིན། །འདི་ཡི་མདུད་  
 དཔེ་མ་དག་པས། །རེ་རྒྱུད་ནོར་བ་ཡོད་ན་ཆོས། །སྒར་ཁ་བརྒྱད་དུ་བརྩི་བ་  
 བ། །ཨ་ཁད་ལི་ལ་སྒྱུན་དིང་ཁོན། །ཆོལ་ཆེ་དུ་ལ་ཡར་དིང་ཁོན། །སྒྲུམ་ནི་  
 ཁམ་ལ་གལ་བར་གིང་། །སྒོ་ཆེ་ཐེན་ལ་ལི་ཡན་ཐོན། །སྒར་ཁ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་  
 མདུད་ཡིན། །ལི་ལ་སྒྱུན་བྱུང་མདུན་གྱིས་ཐོག། །ཁོན་ལ་སྒྱུན་བྱུང་མ་བྱིང་།།  
 དུ་ལ་སྒྱུན་བྱུང་བུ་ཆ་ངན། །ཁོན་ལ་སྒྱུན་བྱུང་པ་ཁུར་ངན། །ཁམ་ལ་སྒྱུན་བྱུང་  
 བུན་གཡོག་ངན། །གིང་ལ་སྒྱུན་བྱུང་པ་ཁུར་ངན། །ཐེན་ལ་སྒྱུན་བྱུང་བུ་སྒྲིང་  
 ངན། །ཐོན་ལ་སྒྱུན་བྱུང་བུ་མེད་ངན། །སྒྱུན་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཞེན། །ཨ་ཁད་  
 ལན་དུ་སྒྲུམ་བབ་ན། །མེ་མགོ་རྒྱ་ཡིས་མནན་བ་ཡིན། །སྒྱིད་ལ་རྟེན་ཆད་

འོང་དོགས་ཡོད། གཏོ་ལ་ཆུ་གོད་བཅུ་གསུམ་བྱད་དུ་བོར། །ལྟ་བཙན་དག་  
 གྲུ་མཆོད་ན་པམ། སྦྱིན་དིང་ལན་དུ་ལི་ཡན་ན། །ཐང་ཆེན་རྒྱུད་གིས་ཁྱེད་པ་  
 ཡིན། །ཡུལ་ལ་འཕོ་འཆུག་འོང་ངོ་ཡིན། །སྟོང་ཡས་བོར་ལ་གསས་མཁར་  
 བསྟོད། །ཆོལ་ཆེའི་ལན་དུ་སྒྱུ་མ་ངན་རིགས། །མར་ཁུ་རྒྱུར་ཁུ་རེད་པ་ཡིན།  
 །ལྷག་པོ་དབུལ་བོ་རེད་པ་ཡིན། །ཤིང་མི་རེ་སྦྱེ་ཁྱེད་པ་བོར། །གསེར་དང་ཕྱེ་  
 མར་གཡང་རྟེན་བཅའ། །ཡར་དིང་ལན་དུ་ཆོལ་ཆེན། །ཁ་བཙན་དུ་མ་ཁུ་  
 གསུམ་དུ་སོང། །ལ་ཆེན་གྱོ་ཁྱེད་ཤི་དོགས་ཡོད། །ཁབ་བྱང་ངར་མི་སྒྲགས་  
 ལ་བོར། །མཆོད་རྟེན་བཅིགས་ལ་གསས་མཁར་བསྟོད། །སྒྱུ་མ་གྱི་ལན་དུ་བྱ་  
 སོད་ན། །འཕེལ་ཆུ་བདུད་གྱི་བཅད་པ་ཡིན། །རྩ་སེལ་བྱས་ལ་ར་དཀར་  
 བཙན། །མར་མེ་ལྟ་བཞིས་ལོ་གངས་བྱ། །ལན་ཆགས་གཏོར་མ་ལོ་གངས་  
 བྱ། །གལ་བར་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། །རི་རབ་སྐྱོད་པ་ཆད་པ་ཡིན། །སྦྱིད་ལ་  
 སྐྱོད་ཆད་འོང་བ་ཡིན། །ཤིང་ནག་དག་ལ་མི་གཟུགས་བྱ། །སྐྱོད་པ་གིས་བཅད་  
 །ཁོག་སྟོད་ལ་བཙན་གསོ། །ཁོག་སྒྲུང་བཅད་དུ་ཡོ་ཐོར་བྱེད། །སྟོ་ཆེའི་ལན་  
 དུ་སོ་ཡོན་ན། །སྦྱེ་ཤིང་སྟེ་སེལ་བཅད་པ་ཡིན། །ལག་གསོ་བ་མི་ཁ་བརྒྱ་འཇལ་  
 བྱེད། །སྟོད་ཡས་བཙན་པ་རུབ་དུ་བོར། །ཆོ་ཆོག་བྱ་ལ་ཚུ་ཚུ་གདབ། །ལི་  
 ཡན་ལན་དུ་མ་ཟེན། །ལྟ་ལ་བཙན་གྱིས་ཐོ་བཅུ་མས་པས། །བཙན་བཀར་  
 བྱས་ལ་བྱ་ཐོ་གཏོང། །ཡུལ་གྱི་གཞི་བདག་བཙན་པར་བྱ། །སྟོ་ཆེའི་ལན་དུ་  
 ལུང་རལ་དང། །ཨ་ཁད་ལན་གྱི་སྒྱུ་མ་སེང་། །ཆོལ་ཆེའི་ལན་གྱི་བག་ཆོད་།

སྒྲུམ་བྱ་བརྒྱལ་ལན་གྱི་ཕུག་ཁད་དང་། སྒྲིན་དིང་ལན་གྱི་ཕུང་བྱལ་དང་། །  
 ཡར་དིང་ལན་གྱི་མར་དིང་དང་། གར་བར་ལན་གྱི་ན་འབན་དང་། །ཡི་ཡན་  
 ལན་གྱི་ཕུང་བར་རྣམས། །སོ་སོའི་འབྲུང་བ་རྒྱད་པ་ཡིན། །དེ་ཡང་སྤར་ཁ་  
 རང་རང་ལོའི། །སྟེང་དུ་བབས་ན་རང་གཞན་ཡིན། །གཞན་ལ་སོ་སོའི་ཁམས་  
 མིང་བཏགས། །ཟིན་སྟག་ཡོས་སྟེང་དུ་ཤིང་གི་ཟིན། །རྟ་སྐུལ་ལ་མེ་ཡི་ཟིན་  
 དང་ནི། །མཚམས་བཞི་ལ་ས་ཡི་ཟིན་སོགས་འགྲེ། །འབྲུང་ཁམས་འཐབ་  
 རྩལ་ཤིན་རྩ་མང་། །ད་ནི་སྒྲིབ་དགའི་མོ་མདུད། །གཅིག་དཀར་དཀར་ཐོག་  
 གཡུང་དྲུང་ཡིན། །གཉིས་ནག་སོ་ཡིན་ལིང་ཀུན་ཡིན། །གསུམ་མཐིང་སྒྲིན་  
 དིང་གཡུ་ཐོག་ཡིན། །བཞི་ལྷང་བག་ཆོ་བརྒྱུང་ཡིན། །ལྷ་སེར་གལ་བར་ཐོད་  
 དཀར་ཡིན། །རྩལ་དཀར་རང་སྟན་ལྷ་རྒྱུང་ཡིན། །བདུན་དམར་རེ་སེ་རྒྱ་ནི་  
 ཡིན། །བརྒྱད་དཀར་ཆོལ་ཆེ་བྱ་བརྒྱལ་ཡིན། །དགུ་དམར་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་  
 ཡིན། །སྒོག་སྒྲིང་དབུས་བཞག་གར་ཕྱིན་ཐིག །ལྷ་སེར་དབུས་བཞག་གཞན་  
 བརྒྱད་པོ། །ཡི་དང་དགུ་དམར་སྐྱར་བ་སོགས། །གང་རྩལ་སྤར་ཁའི་སྒྲིབ་  
 བརྒྱར། །སྒྲིབ་གར་ཕྱིན་དེ་དང་ནི། །མདུད་བའི་དགུ་ཐོགས་དབྱུང་བར་  
 གསུངས། །ཡོ་སྒོར་བརྩ་གཉིས་མདུད་བ་བཤད། །གཅིག་ཡེ་སྒོན་རྒྱལ་པོ་བྱི་  
 བའི་ལོ། །སྒྲིབ་སྒྲིན་དིང་དཔལ་དིང་དིང་། །བདུད་ནི་སོ་ཡོན་ནག་མོ་ཡིན། །  
 རམ་རྩེ་རྩེ་ལ་པོ་སྤང་གི་ལོ། །སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་གལ་བར་ཡིན། །དཔལ་ནི་ཆོལ་  
 ཆོ་ཡིན་ལ་བདུད། །གལ་བར་ཕུང་མ་རྒྱུ་མཐའ་བྲག །སྒོན་སྤར་སྒོམ་པོ་སྟག་

གི་ལོ། །སྤྱི་རང་སྟན་དཔལ་ལྷོ། །བདུད་ནི་སྦྱེར་ནག་སྟག་རལ་བྲག །  
 མ་བུ་སྟོབ་ཡོས་བུའི་ལོ། །སྤྱི་རྒྱང་སྦྱར་དག་ཡིན་ལ། །དཔལ་ནི་ལྷོ་རྟག་  
 མིག་ཡིན། །བདུད་ནི་བཞི་ཡི་རུ་སྟོད་ཡིན། །སྦྱང་སྦྱས་འབྱུལ་བུ་འབྱུག་གི་  
 ལོ། །སྤྱི་རྟུང་ཟེ་དཔལ་གསུམ་མཉམ། །བདུད་ནི་ཨ་ཁད་ངན་རིགས་  
 ཡིན། །ངམ་བོན་ཁ་ལེ་སྦྱལ་གྱི་ལོ། །སྤྱི་དེ་ལྟ་དཔལ་བྱ་ཡུན། །བདུད་ནི་  
 སྒྲ་བྲག་བྱ་རལ་ལོ། །གཡའ་སྦྱང་སྦྱེས་གཅིག་རྟུའི་ལོ། །སྤྱི་སྟོང་ཡིན་ལ་  
 དཔལ། །སྦྱང་གྱི་མ་ལ་དུན་བཏགས་ཡིན། །བདུད་ནི་སྟོབ་རྟོབ་བརྒྱག་ཡིན། །  
 ཡང་ན་སྤྱི་དག་དཔལ་ལུགས་གཅིག །སྟོ་ཡི་མཐུ་དུན་བཏགས་དང། །སྦྱེར་  
 དཀར་དག་ཏུ་བཤད་བའང་ཡོད། །ཤུ་བྱ་བ་པ་ལུག་གི་ལོ། །སྤྱི་ཆོལ་ཆེ་  
 བུ་བརྒྱག་ལ། །དཔལ་ནི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །བདུད་ནི་རུ་སྟོད་དག་ཡིན་  
 རོ། །འབྱུལ་གཤེན་གཙུག་མུང་སྦྱེལ་གྱི་ལོ། །སྤྱི་སྦྱང་གྱི་དུན་ཐག་དཀར། །  
 དཔལ་ནི་སྦྱང་སྦྱེར་གྱི་རྒྱུང་ཡིན། །བདུད་སྦྱང་གྱི་བྱི་ལ་སྦྱལ་འཇུག་ཡིན། །  
 རྩ་ལྷུ་རྒྱལ་མོ་བྱ་ཡི་ལོ། །སྤྱི་དྲངས་མ་གཡུ་སྟོན་ཡིན། །དཔལ་ནི་བཙུ་ཡི་  
 དཀར་ཐོག་ལ། །བདུད་ནི་རུ་སྟོད་གཡོན་བརྒྱག་ཡིན། །ལྷ་བུ་ལོད་པོ་བྱི་ཡི་  
 ལོ། །སྤྱི་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་ཡིན། །དཔལ་ནི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ལ། །འདུད་ནི་  
 རྩ་སྦྱར་སྦྱུ་ནག་ཡིན། །ངམ་ལྷུ་རྩ་དམར་མོ་པག་གི་ལོ། །སྤྱི་སྦྱུ་སྦྱོན་  
 དཔལ་ཆོལ་ཆོ། །བདུད་ནི་སྟོབ་རྟོབ་བརྒྱག་ཡིན། །བཙུག་སྦྱུ་དཔག་བསམ་  
 ཤིང་གི་ཅེ། །ཁོ་ལྷ་དྲུང་ཁྱེད་བཞུགས་ས་ཡིན། །སྤྱི་ཡར་དྲིང་དཔལ་ལྷོ། །

བདུད་མུང་བར་ནེ་ཆུང་སེ་སྟོད་ཡིན། །རང་རང་ལོ་ཡི་གནས་མལ་དུ། །ལོ་སྤྱོད་  
 བབས་ན་དབང་ཐང་ཡིན། །ལོ་དཔལ་བབས་ན་དཔལ་ཆེ་ཡིན། །ལོ་བདུད་  
 བབས་ན་གཤིན་རྗེ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ལོ་བདུད་བབས་ན་གཏོ། །བྱི་བའི་ལོ་  
 བདུད་རྟ་ཐོད་དང་། །རང་མི་བྱི་བ་གསུམ་གྱིས་སྤྱབ། །སྤྱང་བདུད་མི་ཁའི་  
 རྩམ་དང་ནི། །སྤྱང་ཐོད་ལུག་སྟིང་གསུམ་གྱིས་སྤྱབ། །སྟག་བདུད་སྤྱེལ་ཐོད་  
 དར་མི་དང་། །སྟག་རལ་བདག་ས་པ་གསུམ་གྱིས་སྤྱབ། །ལོས་བདུད་བྱ་ནག་  
 ཐོད་དང་ནི། །རི་ཐོང་ཕག་སྟིང་གསུམ་གྱིས་སྤྱབ། །འབྲུག་བདུད་འབྲུག་གི་  
 ཐོ་གདོང་ནི། །བྱི་དང་ཐོང་བའི་མགོ་ལ་བསྒྲོན། །ཁྲག་ཐོར་ནང་དུ་དོན་ག་  
 བཅུག། །སྤྱེལ་བདུད་ཕག་གི་ཐོད་པ་དུ། །སྤྱེལ་གྱི་ཤུན་པ་བཅུག་པས་སྤྱབ། །  
 རྟ་བདུད་གཞིང་ཆག་སྤྱེལ་ཤུན་སྤྱབ། །ལུག་བདུད་གཡག་རུའི་ནང་དུ་ནི། །  
 དོན་ག་ལོ་གྲངས་བཅུག་པས་སྤྱབ། །སྤྱེལ་བདུད་གྱི་ཡས་སྤྱེལ་གྱི་གསོལ། །  
 དར་མི་དང་བཅས་གསུམ་གྱིས་སྤྱབ། །བྱ་བདུད་ཡ་བ་རྒྱ་ཕུག་དང་། །སྟོང་  
 ཡས་རི་ཐོང་གསོལ་གྱིས་སྤྱབ། །བྱི་བདུད་དར་མི་ཁབ་ཅན་ལ། །ལྷམ་སྒྲོག་ས་  
 གཞོན་པ་བདག་ས་པས་སྤྱབ། །ཁྲག་བདུད་བྱ་བའི་ནང་དུ་ནི། །དར་མི་བཅུག་  
 ལ་ཕག་གི་གཟུགས། །དགྲ་བཅས་ཕག་ཐོད་ནང་དུ་ཐོར། །སྤྱིར་ལོ་བདུད་  
 གང་ལའང་གསུང་རབ་འདོན། །ཆོ་ཆོག་བསྒྲོར་བ་ལྷ་གསོལ་དང་། །བསང་  
 ཆེན་བྱ་ཞིང་དབང་བསྒྲུར་བྱ། །ཡང་བཅུག་སུམ་དབག་བསམ་གིང་གི་བདུད། །  
 བཅུག་སུམ་སྟེང་གི་ན་འབན་ཡིན། །བབས་ན་དབག་བསམ་ཅུ་མོ་ཐོག་གིས་

བཅད། །གཉན་བཅོས་དང་ནི་བསང་བྱའོ། །མ་ཟེ་དཔག་བསམ་བཅོན་གྱིས་  
 བཤིག །བཅོན་བཀར་བ་དང་ནི་བ་བྱ། །རུ་སྟོད་དཔག་བསམ་བདུད་གྱིས་  
 བཤིག །ཤ་རྒྱས་བཀྲག་ལ་གྱི་ཡས་བོར། །སོ་ཡོན་དཔག་བསམ་ཅེ་མོ་མུན་  
 བས་གཡོགས། །རེ་སྒྲུང་སྟོང་ཡས་བཅུག་ལ་བོར། །སེ་སྟོད་ཤིང་ཅེ་བྲག་ལ་  
 འདྲེས། །གྲི་བོ་བཀར་བའི་ཡས་མདོས་བྱ། །ལུང་རལ་ཤིང་ཅེ་བྱ་འདྲེས་བཤིག།  
 བྱི་སྒྲོམ་ནང་དུ་གསེར་བཅུག་བོར། །ཡར་གྱི་གནམ་སྟོ་བཅད་པར་བྱ། །སྟོ་  
 བར་ཤིང་ཅེ་ཁྱོད་གྱིས་བཤིག །ཡར་ལ་ནི་བའི་ལྷ་བསང་བྱ། །ལུང་ཁད་ཤིང་  
 ཅེ་མཁོན་གྱིས་བཤིག །མི་ཁ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོག་བྱ། །བག་ལྷི་དང་ནི་ལི་ཡན་ན། །  
 དཔག་བསམ་ཅེ་མོ་མུག་གིས་གཡོགས། །བ་མགར་བྱ་མ་བྱིལ་གྱི་མར་སེལ་  
 བྱ། །དེས་འགྲེ་གང་ཕན་གཏོ་ཐིག་འབོགས། །ཡང་སྒྲུ་མ་གསེར་འབུམ་ལས་  
 གསུངས་བ། །ཨ་ཁད་ལི་ལ་སྒྱུན་དིང་ཁོན། །ཆོ་ལ་ཆེ་དུ་ལ་ཡར་དིང་ཁོན། །  
 སྒྲུམ་ནི་ཁམ་ལ་གར་བར་གིང། །དམ་དག་ཟེན་ལ་ལི་ཡན་ཟོན། །དེ་བརྒྱད་  
 སྒར་ཁ་སྟེ་བརྒྱད་ཡིན། །སྒྲུམ་དང་ལུང་བར་བྱ་རལ་དང། །ལུ་ས་རྩ་གོད་ལུང་  
 རལ་དང། །སོ་ཡོན་དང་ལུང་ཁད་སྟོ་བརྒྱག་དང། །ཐང་ལེ་སྒྲུ་དམར་མར་  
 དིང་སྟོ་བརྒྱག་དང། །ཁྱུ་དོ་ལི་ཡན་བརྒྱད་པོ་འདི། །ལི་སོགས་སྒར་ཁ་བརྒྱད་  
 པོ་ཡི། །དག་རུ་མི་པ་བཞི་དུ་བཤད། །སྒར་བརྒྱད་སོ་སོའི་སྒྲུ་མ་དུད་ནམས། །  
 བརྒྱག་བཟང་དུངས་མས་བསྒྲུར་བའམ། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་བརྒྱག་པ་དེ། །  
 སྒར་ཁ་རང་རང་ལྷ་ཡིན་བཟང། །གཅིག་སོགས་སྟེ་དགའི་གནས་མལ་དུ། །



བབ་པའི་ལྷ་འདྲེ་དགུ་བཤད་པ། གཅིག་དཀར་སྟེ་བའི་གདན་ཐོག་ན། ལྷ་  
 མོ་བརྟན་མ་ཕག་ལ་ཆིབས། ཡུལ་དག་ལ་ཨི་འཛོར་འདི་ལ་བལྟ། སྟོ་བར་  
 ལིང་རྒྱད་དཀར་པོ་ན། མདོ་ལོང་ཁྱི་བཞི་བརྒྱ་རིམ། ཡབ་ས་བདག་རྒྱལ་  
 པོའི་གདན་ཁྱི་ཡིན། ལྷ་འདི་བབ་ན་དག་མི་འཛོར། རྒྱུ་དོ་ལི་ཡན་བབ་པ་  
 ན། གཅིག་དཀར་དག་གི་འདྲེ་ཡིན་པས། ཡུལ་མཁར་དག་ལ་འཛོར་བ་  
 ཡིན། གཉིས་ནག་སྟེ་བའི་གདན་ཐོག་ན། བདུད་རྒྱལ་ནག་པོ་རྟ་ལ་ཆིབས།  
 བདུད་གཏིང་ནས་ཁྲོས་ན་སྟོག་ལ་འབབ། བདུད་ཀྱི་ཟ་ཁ་བརྒྱུག་པ་ལ།  
 རུ་སོད་ངམ་ནག་ལྷགས་སྟན་བརྒྱག། འབྱུ་ཡི་དབང་དར་ཁ་པོ་དགོས། ལྷ་  
 འདི་བབ་ན་བདུད་མི་གོད། རུ་སོད་སྟོ་བརྒྱག་འདྲེ་ཡིན་གོད། གསུམ་  
 མཐིང་མ་ཡམ་ནག་མོ་བོང་བྱ་ཆིབས། བསེན་མོས་གོང་ཁྱིའི་བཙས་ན་ངན།  
 བསེན་མོའི་གོང་ཁྱིའི་འཛོམས་པ་ལ། དག་འདུལ་གྲུབ་པ་མཐུ་ཆེན་དགོས།  
 རྟེ་བུར་དབུ་མ་སྟག་ཅེ་ན། མེ་འོད་སྟོག་ཅེ་དམར་པོ་བརྒྱག། ལྷ་འདི་དང་  
 འཕྲད་ན་བསེན་མོ་འདུལ། ཁ་སྐྱུམ་ཁྲི་དོམ་ནག་པོ་བབ། སྟེ་བའི་འདྲེ་ཡིན་  
 བསེན་མོས་འཛོམས། བཞི་ལྷང་སྟེ་བའི་གདན་ཐོག་ན། གྲུ་རྒྱལ་འཛོག་པོ་  
 རྒྱ་སྟོན་ཆིབས། གྲུ་རིགས་བཞི་ཡི་ཕོ་བྲང་མི་སྟོང་བའི། དགོས་འདོད་ཅོར་  
 བྱ་རིན་ཆེན་དགོས། བྱ་རལ་བསེན་ཁྲེན་པོ་ན། ཁྲི་མ་དུན་དུན་གསེར་མིག་  
 བརྒྱག། ཡིད་བཞིན་ཅོར་བྱ་རིན་ཆེན་ཡིན། སྟེ་བའི་ལྷ་འདི་བབས་ན་བཟང་།  
 རྒྱ་བྲག་བྱ་རལ་བཞི་ལྷང་འདྲེ། འདི་བབས་ན་གྲུ་ཡི་ཕོ་བྲང་སྟོང་། ལྷ་སེར་

སྒྲེ་བའི་གདན་སྟེང་ན། །གཉན་གྱིང་དམར་པོ་ག་བ་ཆིབས། །དྲོ་རྩེའི་བྲག་རི་  
 མི་ཞིག་པའི། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་སྐྱ་མཁར་དགོས། །ཤ་རིང་རང་ཤག་ཁྲ་  
 མོ་ན། །གསེར་མཁར་སེར་པོའི་ཡང་ཅེ་བརྒྱག། །ལྟ་འདི་དང་འཕྲད་ན་བྲག་  
 རི་བརྟན། །འདྲེན་འབན་བབ་ན་ཞིག་པ་ཡིན། །དྲུག་དཀར་པེ་དཀར་རྒྱལ་  
 པོ་སེང་གེ་ཆིབས། །སྐྱ་མཁར་ཐོག་གིས་མི་འཛིག་པའི། །འཛིགས་མེད་གསེར་  
 གྱི་ཁ་བད་དགོས། །དིང་དིང་ཁ་ལེ་དཀར་མོ་ན། །ཁྲི་འོད་དཀར་དག་སྒྲག་ཤོག་  
 རིང་བརྒྱག། །ལྟ་འདི་དག་བབ་ན་སྐྱ་མཁར་བརྟན། །དྲོང་ཤོ་བྱི་ཤོ་ཤག་བབ་  
 བ་འཛིགས། །བདུན་དམར་ཡ་བ་རྒྱ་གཅིག་ཟངས་རྟ་ཆིབས། །བཅན་གྱི་རྒྱ་  
 བར་རྒྱོག་པ་ལ། །ཡེ་ཤེས་ལྟ་ཡི་སོ་བ་དགོས། །རང་ཉི་འོད་གམ་སྒྲ་རྒྱ་ཆེས་  
 བ། །ཉི་འོད་གསལ་བའི་རྒྱོན་མ་བརྒྱག། །ལྟ་འདི་དང་འཕྲད་ན་བཅན་ཁ་  
 འཛོམས། །མ་ཟེ་ཨོག་དམར་བབ་བ་ན། །བཅན་གྱི་རྒྱ་པ་ལངས་བ་ཡིན། །  
 བརྒྱད་དཀར་ལྟ་དབང་རྒྱལ་པོ་སྤང་ཆེན་ཆིབས། །དེར་གྱར་ཆེན་རྒྱུད་གིས་  
 མི་ཤོག་པའི། །འཇའ་སྟོ་དམར་བསྐྱེབས་པའི་ཐག་པ་དགོས། །དོག་ཚང་ཁྲ་  
 མོ་དང་དོད་ན། །འཇའ་འོད་གཡུ་ཡི་རིམ་བརྒྱག། །དེ་འཇའ་སྟོ་དམར་བསྐྱེབས་  
 པའི་ཆོན་ཐག་ཡིན། །ལྟ་འདི་དང་འཕྲད་ན་གྱར་མི་འཤོག། །ཡི་ཡན་སྐྱ་བཞི་  
 བབ་ན་འཤོག། །དགུ་དམར་དཔལ་ལྡན་ལྟ་མོ་དེལ་ལ་ཆིབས། །ནད་གྱི་ཁ་  
 རྒྱུངས་མི་གཏོང་བྱིར། །བདུད་ཅི་སྒྲན་གྱི་མེ་ཏོག་དགོས། །ཐང་ལེ་དུང་འོད་  
 དཀར་མོ་ན། །རྒྱ་འོད་གཡུ་ཡི་རྒྱ་མིག་བརྒྱག། །དེ་བདུད་ཅི་སྒྲན་གྱི་མེ་ཏོག་

ཡིན། །ལྟ་འདི་བབ་ན་མ་མོ་ཡི། །ནད་གྱི་ཁ་རྒྱས་མི་གཏོང་ངོ། །ལུང་བར་  
 ཨ་ཁད་བབ་བ་ན། །དགྲ་དམར་སྒྲེ་བའི་འདྲེ་ཡིན་བས། །མ་མོ་ཁྱོས་པའི་ཁ་  
 རྒྱས་འཕོར། །དེ་སྒྲེ་བའི་ལྟ་དགྲ་འདྲེ་དགྲ་ཡིན། །ཡང་ལོ་སྒྲོར་བཅུ་གཉིས་  
 གྲུ་མདུད་དང་། །ལོ་ལྟ་ལོ་བདུད་བཤད་བ་ནི། །ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་བྱི་བའི་ལོ། །  
 གྲུ་སྒྲེར་གྱི་ལྟ་ལྟ་མཆོད་བརྒྱད་ཡིན། །དེ་ཆབ་གཙང་པོས་ཁྱེར་བའི་བདུད་  
 དེ་ནི། །སྒྲུམ་ཁམས་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྟ་ཡིན། །སྒྲེར་གྱི་ལྟ་བྱེད་མཆོད་བརྒྱད་དེ། །  
 གཏོང་མེད་མཆོ་ལ་མི་རྒྱབ་བའི། །དག་སྒྲེའི་དུང་རྟ་སྒྲོན་པོ་དགོས། །སྒྲེར་  
 དཀར་ཁྱི་ལེ་འོད་དཀར་ཡིན། །ཡབ་ལྟ་བདལ་དུག་སྒྲུང་གི་ལོ། །སྒྲ་གལ་  
 བར་རི་པོ་སྒྲོང་བཞི་ཡིན། །རི་རྒྱང་འཛིག་བྱ་རལ་ཉེར་བཞི་ཡིན། །རི་རབ་  
 རྒྱང་ནས་མི་འཛིག་བའི། །རྩ་འབྱུང་བ་སྒྲུང་སྟོབས་ཆེན་དགོས། །དེ་གལ་  
 བར་ཐུན་རུམ་དཀར་པོ་ཡིན། །རྒྱལ་བུ་མཐོང་གི་སྒྲག་གི་ལོ། །སྒྲ་དམ་དག་  
 དྲང་གིང་ལྷེས་བ་ཡིན། །གིང་རྟེན་ཆག་མར་ལྷིང་ཁུ་ཡོར་ཡིན། །གིང་ཆེན་  
 རྟེན་ནས་མི་ཆག་བའི། །རིན་ཆེན་སྒྲ་ལྟེ་སྒྲོང་པོ་དགོས། །ཤེལ་ཐོད་དམ་  
 རྒྱུང་མཆོ་ཡིན། །ལྷ་དོ་བ་ལ་ཆེན་ཡོས་བུའི་ལོ། །སྒྲ་སྒྲོ་ཆེ་གིང་ལོ་དགྲ་འབྱུར་  
 ཡིན། །ཁྱོད་བཙོ་བརྒྱད་གིང་ལོ་འབྱུ་ཡིས་ཟོས། །གིང་གཏུག་བ་སྒྲིན་བས་མི་  
 ཟ་བའི། །ལྷ་མེན་དཔལ་གྱི་ཤུན་བ་དགོས། །སྒྲོ་ཆེ་དྲངས་མ་འཕྱར་གིས་  
 ཡིན། །གདང་གསལ་ངར་བུང་འབྱུག་གི་ལོ། །སྒྲ་སྒྲང་ཟེ་རྩ་རི་སྒྲ་པོ་ཡིན། །  
 མ་ཟེས་རྩ་རི་ཅེ་ནས་ཉིལ། །རྩ་ཆེན་ཅེ་ནས་མི་ཉིལ་བལ། །གཡུ་འབྱུག་སྒྲོན་

མོའི་ཟེ་བ་དགོས། །དེ་ལྟར་ཟེ་ཁྱིའོད་དཀར་མོ་ཡིན། །ལྟོང་ལུམ་ཟེ་མ་སྐྱལ་  
གྱི་ལོ། །སྤྱོད་དཀར་ལྷ་རྒྱད་དཀར་མོ་དེ། །དུང་སྐྱལ་ཅི་ཡིས་དྲག་བ་ནི། །  
བུ་མེད་བུ་ཁྱེན་གའོ་ཡིན། །དྲག་སྐྱལ་སྤྱ་ཅིས་མི་སོད་པའི། །ག་བུར་སྒྲན་གྱི་  
སྤོང་པོ་དགོས། །དེ་ལྟར་ཆེན་མོ་དཔུང་འབར་བ་ཡིན། །ག་ཉན་མ་སངས་སྒྲེས་  
གཅིག་ཏུ་ཡི་ལོ། །སྤྱོད་ལུང་དཔའ་སྤར་མཛའ་ས་གསུམ་ཡིན། །དེ་ཁྱག་གི་  
མཆོ་ལ་རུབ་བ་ནི། །སེ་སྟོད་ལྷ་གསུམ་བཙུ་ལྷ་ཡིན། །ཁྱག་གི་མཆོ་ལ་མི་རུབ་  
པའི། །རྩུ་འབུལ་བ་ཡི་འོ་མ་དགོས། །དཀར་ཐོག་གསུང་དུང་ཆེན་པོ་ཡིན། །  
ཤུག་ཐུབ་པ་ལུག་གི་ལོ། །སྤྱོད་མཆོ་ལྷ་གསུམ་མདོག་དྲུག་པོ་ཡིན། །ལྷ་གསུམ་  
ཁམས་བཙའ་ཡིས་ཐོས་བ་ནི། །ལི་ཡན་སྟོང་པ་རྣམ་བརྒྱད་ཡིན། །ལྷ་གསུམ་  
ལ་བཙའ་ཡིས་མི་ཟིན་པའི། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་སྟོང་པོ་དགོས། །བག་བུ་  
ལུན་འཁོར་བ་སྤྱིང་ཆེན་ཡིན། །ཡེ་བཤེད་དཔང་རྫོགས་སྒྲེལ་གྱི་ལོ། །སྤྱོད་  
ཁམས་ཉི་འོད་དཀར་པོ་ཡིན། །ཉི་འོད་སྒྲིན་ནག་གཡོགས་བ་ནི། །སོ་ཡོན་  
ནག་མོ་སྒྲིན་གསུམ་ཡིན། །སྒྲིན་ནག་ཡོར་པོས་མི་སྒྲིབ་པའི། །ཁམས་གསུམ་  
གསལ་བའི་སྒྲོན་མོ་དགོས། །རང་ཉི་འོད་གམ་བུ་ལྷ་ཆོས་ཡིན། །རྩུ་ལུམ་  
རྒྱལ་མོ་བུ་ཡི་ལོ། །སྤྱོད་བུ་ལུན་བུ་ཁྱ་བརྒྱད། །སྤྱག་པོག་པོས་བཅུམ་པ་རུ་  
སོད་དྲུག་ །དམེ་བུ་ལྟོར་བས་མི་ཟེ་བའི། །ལོ་ལྟོང་བུ་དཀར་མཆོལ་ཐིག་དགོས། །  
ལྟང་བརྒྱད་ལོད་གསེང་ཁྱ་མོ་ཡིན། །ལྷ་བུ་ལྟོད་པོ་ཁྱི་ཡི་ལོ། །སྤྱོད་སྤར་  
གངས་རི་ཅེ་རྒྱལ་ཡིན། །རྩུ་དང་ཆར་བས་བཤིག་བ་ན། །རྩུ་སྤར་རུས་ཆེན་

བཅོ་བརྒྱད་ཡིན། རྒྱ་དང་ཆར་པས་མི་འཛིག་པའི། འཛིག་ས་མེད་སེང་གོ་  
 དཀར་མོ་དགོས། དེ་རྒྱ་སྤྲོད་ཁྱི་རྩེ་འོད་དཀར་ཡིན། སྒྲོན་ལྷུ་མ་དཀར་མོ་  
 གསལ་གྱི་ལོ། སྒྲུ་དཀར་ཐོག་བ་དཀར་འོ་མ་ལ། རྟུག་ཁྲག་འབྲེས་པ་སེ་སྟོང་  
 བཅོ་བརྒྱད་ཡིན། རྟུག་དང་ཁྲག་ཟེར་མི་འདྲེ་བའི། བདུད་ཅི་སྒྲོན་གྱི་རྒྱ་མིག་  
 དགོས། སོ་ཡོན་ལིང་ཀླན་དཀར་མོ་ཡིན། མིད་པའི་ལོ་སྒྲོན་འབྲུལ་ཡིག་  
 བཤད། རྟུག་རྩའི་ལོ་ཡི་མོ་བདུད་ལ། རྟུག་རྒྱམ་པ་ལྷ་ཡི་གདན་ཐོག་རྒྱ། རྒྱ་  
 སྤྲོད་ཐར་སྟོན་མོ་རྒྱུ་འདུག་འཛིག། དེ་ཡོད་ན་རྟུག་མོ་ས་མདས་བསད། རྟུག་  
 རྩེ་མོ་ས་མདས་མི་བསད་པའི། རྩེ་མོ་ས་  
 མཁའ་འོད་གྱི་ཅེ་མ་དགོས། དེ་བཞིན་ལོ་ཁམས་རང་རང་གི། གཤེད་དང་  
 དཔལ་རྟུ་སྤྲོད་བྱས་ཏེ། ཡོས་ལ་བྱི་ལ་སྤྲུལ་འདུས་དང་། གངས་དཀར་  
 གཤུང་རྩེ་ལྷི་བུར་གཉིས། འབྲུག་ལ་སྤྲུལ་ནག་སོག་པོ་རྩེ་ཟེད་དང་། བྱ་  
 བུར་གསེར་ཐིག་རྒྱམ་པ་གཉིས། སྤྲུལ་ལ་གསེར་བྱ་གོག་རྟེན་དང་། རྩེ་  
 དཀར་ལྷ་རྒྱུན་དཀར་མོ་གཉིས། རྟུག་རྩེ་དམར་ནེ་རྒྱ་སེ་སྟོང་དང་། སྒྲོ་ཆེ་  
 མཆལ་བྱ་སྤྲུ་ཤེས་གཉིས། ལྷུག་ལ་སད་སྤྲུལ་ལ་སྤྲུལ་རྩེ་འོད་དཀར་དང་། ཆོལ་  
 ཆེ་ཏི་ཆ་དཀར་མོ་གཉིས། སྤྲུལ་ལ་ཆོལ་ཆེ་རྒྱམ་དམར་གྱི་ཐོག་ས་དང་། ཀླ་  
 ཆར་དུང་ལ་གཤུ་མཛོད་གཉིས། བྱ་རྩེ་མོ་ལ་ཁ་སྒྲོ་བརྒྱག་དང་། གསེར་  
 ཐོག་བྱ་ལྷན་དཀར་མོ་གཉིས། རྩེ་ལ་སྤྲུང་རལ་ལྷུ་སྤྲུང་དང་། རྒྱ་སྤྲོད་  
 གངས་དབྱི་གསེར་མིག་གཉིས། གསལ་ལ་ལྷི་བུར་རྒྱ་གྱི་དང་། སོ་ཡོན་ལིང་

ཀུན་དཀར་མོ་གཉིས། བྱི་བར་སྤོ་བར་སྤོ་བར་བརྒྱུག་དང་། སྦྱིར་བྱི་སྦྱོར་རི་མུང་  
 དཀར་གཉིས། སྤྲང་ལ་དམ་བྲག་མུང་བྱལ་དང་། གཤལ་བར་འབྲོང་རུ་ཅེ་  
 སྦྱོང་གཉིས། སོ་སོའི་སྤྲ་མ་བདུད་ཡིན་ལ། བྱི་མ་ལྟ་ཡིན་ལོ་དུག་ཅུའི། ལོ་  
 ལྟ་ལོ་བདུད་དེ་ལྟར་ཡིན། གཤམ་ཡང་གཟའ་སྤྱར་ས་བདག་དང་། སྦྱིང་  
 བའི་ལྟ་རབས་རི་གླིང་རྒྱ། ལྟ་འདྲེ་མི་རིགས་དགོར་ཁོར་རྒྱས། སྦྱོན་ཡོན་  
 བདེ་སྤྱག་བྱ་བའི་རྒྱལ། འཛིག་རྟེན་འདི་ན་གང་དམིགས་པ། ཐམས་ཅད་  
 མོ་ཡི་རྒྱལ་ལ་ཡོད། མ་ལུས་བརྗོད་དུ་མི་ལང་བས། ཅི་རིགས་རིག་བས་  
 ཤེས་བྱ་ཞིང་། རྒྱས་སྦྱོས་ཡིག་ཆ་གཤམ་དུ་བལྟ། འདིར་ནི་མཆོན་ཅམ་  
 བཤད་བ་ཡིན། གཉིས་བ་བྱེ་བྲག་སྤེ་ཆོན་ལ། སྦྱིར་མོ་མདུད་སུམ་བརྒྱུད་ག་  
 ཅུ་ལ། བཟང་གི་དྲུངས་མ་རྣམ་གསུམ་ཡོད། འིང་འིང་སྦྱིན་འིང་ལྟར་ཟེ་  
 ཡིན། འཕྲ་བྱི་སྦྱིགས་མ་རྣམ་གསུམ་ན། རྒྱུང་ཁ་ནག་ཟེར་བ་གང་ཡིན་པ།  
 སོ་ཡོན་སྦོ་ལ་སྤྱས་བ་ཡིན། བེ་སེལ་ཁྱུར་ཟེར་བ་གང་ཡིན་པ། སྦྱིན་འིང་སྦོ་  
 ལ་སྤྱས་བ་ཡིན། ཅི་ལག་ཆོག་ཟེར་བ་གང་ཡིན་པ། རྒྱ་སྤར་སྦོ་ལ་སྤྱས་བ་  
 ཡིན། འདི་གསུམ་ངན་བ་རྣམ་གསུམ་ཡིན། སྤྱས་ཞེས་མོ་རྟ་བརྒྱུག་ལ་ཟེར།  
 མུང་ན་ལྟས་ངན་མོ་ངན་ཡིན། རྒྱང་ལག་མེད་པའི་ཞ་ཤོ་གསུམ། རྟོང་ནག་  
 དམ་རྒྱུ་བྱེད་བྱེད་དང་། རྟོང་གི་རྩ་ཉིལ་ནག་མོ་དང་། སོ་ཡོན་མ་བརྒྱུག་ཅི་  
 རྒྱག་གཤག་ འདི་གསུམ་དག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། སེ་མེད་མ་མེད་དུ་བྱུག་གསུམ།  
 སོ་ཡོན་སྦྱུམ་དང་རྟོང་གསུམ་ཡིན། རྒྱག་རལ་འབྱུམས་གསུམ་ཟེར་བ་ནི།

ལྷག་པ་གླིང་ལ་སྒྲིལ་བ་ཡིན། །རལ་བ་བརྒྱག་ངན་ཟེར་བ་ལམ། །ཡང་ན་ལོ་  
བྲག་བབས་པ་ཟེར། །འབྲམས་པ་བྲག་ཆེན་ཆད་པ་ཡིན། །ཞལ་ལོང་ལྷག་གསུམ་  
ཟེར་བ་དེ། །སྒོ་བར་ན་བོ་སོ་ཡོན་ལོང་། །མར་ཁྲིང་ཁུ་ཡོར་ལྷག་པ་ཡིན། །  
ངན་པ་རུས་དགུ་ཟེར་བ་དེ། །ངན་སྒྲིགས་གསུམ་དང་ནའོ་གསུམ། །དུལ་  
གསུམ་སྟེ་དགུ་ལ་ཟེར། །ཆེ་དགུ་རིད་བཅུ་ཟེར་བ་དེ། །མཁའ་གྲོང་དབྱིངས་  
ཀྱི་གཙོད་མུར་དང་། །དོན་གྲུབ་དབང་གི་ཁྲི་བུར་དང་། །བྱ་བར་གླིང་བཞི་  
ལའོར་བ་དང་། །སྒོ་ཆེ་གཡུང་དྲུང་འབྲིལ་བ་དང་། །སུམ་ཟུར་གཡུང་དྲུང་ཨ་  
ཁད་དང་། །སོ་ཡོན་ཀྱན་འདུལ་བྱབ་པ་དང་། །སྒོ་བར་རུས་སྒྲལ་བྱབ་པ་དང་། །  
སྒྲིབ་དིང་དམ་ཞག་འབྲིལ་བ་དང་། །སད་ཀྱི་གཡུང་དྲུང་དིང་མོ་གལ། །འདི་  
དགུ་མོ་ཡི་ཆེ་དགུ་ཡིན། །ཀྱེ་བ་རང་ཤག་དཀར་པོ་བཅས། །བསྐྱེན་ན་ཆེ་དགུ་  
རིང་བཅུ་ཟེར། །བྲམ་ཟེ་སྒྲུ་ཡི་བེར་བྲནས། །བཤད་པའི་ཆེ་དགུ་རིང་བཅུ་  
ནི། །ཀྱེ་བ་ད་རོག་དམ་དབལ་གསུམ། །ཅེ་ར་སྐྱོ་ཡར་ཁྲིང་གསུམ། །ཁྲི་  
བུར་སྐང་ཟེ་བྱ་ཡུན་གསུམ། །འདི་དགུ་མོ་ཡི་ཆེ་དགུ་ཡིན། །རིང་པོ་དིང་དིང་  
ཡིན་པར་བཤད། །ལ་མེད་སྒྲུ་མེད་བུ་ཚ་ནི། །སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཟེར་བ་དེ། །  
ནེ་ཚ་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཡིན། །ལར་མིད་པ་འཕུལ་གྱི་མོ་ཁོག་ལ། །མིད་པ་  
ཁག་བཅས་ཁག་མེད་གཉིས། །མིད་པ་ཁག་བཅས་མོ་ཁོག་ལ། །རྒྱལ་ཆེན་  
རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། །ཆགས་དང་དབང་བསྐྱར་རྒྱལ་པོ་གཉིས། །དང་པོ་  
ཆགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ནི། །ཡེ་ཡོད་མིད་པའི་རྒྱལ་པོ་དེ། །དིང་དིང་ཁ་ལེ་དཀར་

ཐོ་ཡིན། །དེ་ལ་དབང་བསྐྱར་རྒྱལ་པོ་ནི། །ཡེ་མིན་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། །  
 དམ་དབལ་སྐྱ་བ་རུ་བཞི་ཡིན། །མིན་པ་བྲག་མེད་མོ་ཁོག་ལ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 བྱི་རྒྱལ་པོ་གཉིས། །དང་པོ་ཆགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ནི། །ཡེ་མེད་སྟོང་པའི་རྒྱལ་  
 པོ་ནི། །སོ་ཡོན་ནག་མོ་རྩི་ལུང་བྲག་ །དེ་ལ་དབང་བསྐྱར་རྒྱལ་པོ་ནི། །བཤེག་  
 པ་བྲག་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ནི། །དམ་བྲག་སད་དེ་ཐུན་དེ་ཡིན། །འདི་བཞི་རྒྱལ་ཆེན་  
 རྟེན་བཞི་ཟེར། །རྒྱལ་ཐུན་བཅུ་གཉིས་ཟེར་བ་དེ། །སྟེ་བྱེད་མཁྱེད་བྱེད་སྟོན་  
 བྱེད་གསུམ། །དམ་དག་སྟེར་དང་གར་བར་ཡིན། །རྒྱལ་ཐུན་ཅུ་བ་དྲག་བྲག་  
 ཟེར། །དར་བྱེད་མང་བྱེད་འཕེལ་བྱེད་གསུམ། །བྱ་བུར་ཕྱི་བུར་སྤང་བེ་ཡིན། །  
 རྒྱལ་ཐུན་ལོ་མ་འདབ་རྒྱས་ཟེར། །བཅོན་བྱེད་སྟུག་བྱེད་དཔའ་བྱེད་གསུམ། །  
 བཅོམ་ཅེ་ར་ཡར་ལྗོངས་ཡིན། །རྒྱལ་ཐུན་ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་ཟེར། །བཟང་བྱེད་མཐོ་  
 བྱེད་ཡག་བྱེད་གསུམ། །ཁྱེ་བ་ད་རོག་དམ་དབལ་ཡིན། །རྒྱལ་ཐུན་སྟེར་པ་  
 མཐར་ཕྱིན་ཟེར། །འདི་རྣམས་རྒྱལ་ཐུན་བཅུ་གཉིས་ཡིན། །ཡོད་ཀྱི་ལྷ་གཞི་  
 དཀར་པོ་ལ། །བྲག་ས་པ་རྣམ་པ་བཙོ་བརྒྱད་ནི། །གལ་བར་སྟེར་དང་དམ་  
 དག་དང་། །མུ་ས་གསུམ་དང་མཆོག་གསུམ། །ཡར་ལྗོངས་སྟེར་སྟངས་ལོན་  
 དང་། །དེང་མོ་གལ་གྱི་པ་ཆེན་ཡིན། །མ་བུ་དུན་བྲག་ས་རྣམས་ལ་ཟེར། །  
 དབྱིག་གུ་ལྷ་གསྟོང་ཟེར་བ་དེ། །དམ་རྒྱུ་ལི་ཕྱིན་སྟུག་ས་དཀར་དང་། །དམ་  
 བྲག་སད་དེ་ཐུག་ས་དཀར་དང་། །དམ་ནམ་སྟུག་ས་དཀར་གསུམ་པོ་ལ། །ལྷ་  
 དབྱིག་རུང་མདོག་སྟུན་གསུམ་ཟེར། །དམ་རྒྱུ་ལི་ཕྱིན་ལྷི་བུར་དང་། །དམ་



བྲག་ལྷི་བྱར་དམ་ཅམ་ལྷིར། བཅོན་གྱི་དབྱིལ་དམར་སྒྲུབ་གསུམ་ཟེར། །  
 དམ་ཅུ་ལི་ཕྱིན་ཐམ་སྒྲུམ་དང་། དམ་བྲག་སྒྲུམ་དང་དམ་ཅམ་སྒྲུམ་ས། བདུང་  
 གྱི་དབྱིལ་ནག་སྒྲུབ་གསུམ་ཟེར། སྒྲིང་མོ་དབྱིག་ཅུང་སྒྲོན་མོ་ནི། ད་རྒྱ་  
 དུན་དུན་ཡབ་སྐུ་ཡིན། སྒྲོམ་པོ་རྣམ་གསུམ་ཟེར་བ་དེ། གྱེ་བ་རིང་ལྷག་  
 སྒྲུག་མོ་དེ། གཡུང་དུང་སྒྲོམ་པོ་ཆེ་བ་ཡིན། བསེ་སྟོང་འབར་བ་སྒྲུག་ཤམ་  
 ཅན། བྲག་གི་སྒྲུམ་པོ་འབྲིང་བ་ཡིན། སྒྲིབ་དྲིང་འཁོར་བ་འབུམ་སྟེ་དེ། །  
 བརྒྱག་གི་སྒྲོམ་པོ་ཅུང་བ་ཡིན། མཛེངས་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་གསུམ་ཡོད། སྔད་  
 གྱི་ལ་སྔར་དཀར་ཐོག་དེ། མཛེངས་ཉ་ཤ་བྱ་དཀར་མོ་ཡིན། ལྷི་བྱར་གྱིང་  
 ཅི་རུ་དཀར་དེ། མཛེངས་ཉ་ཤ་བྱ་སེར་མོ་ཡིན། སྒྲུམ་གྱི་ར་བྱི་དཀར་ཐོག་  
 དེ། མཛེངས་ཉ་ཤ་བྱ་སྒྲོན་མོ་ཡིན། ཅིར་ལ་རྣམ་བ་གསུམ་ཡོད་པ། སྔད་  
 གྱི་ར་སྔར་རྒྱ་སྔར་དེ། སྔད་གྱི་ཅིར་ནི་ཆེ་བ་ཡིན། སྒྲུམ་སྒྱུར་ཐོད་ལ་བརྒྱག་  
 བཅས་དེ། བྲག་གི་ཅིར་ནི་འབྲིང་པོ་ཡིན། ཤ་རིང་མཁར་མ་སྒྲོ་རིང་ན། །  
 མཁར་ལ་ཉི་ལྷ་འོད་ཟེར་བརྒྱག། བརྒྱག་གི་ཅིར་ནི་ཅུང་བ་ཡིན། སྒྲུམ་པོ་  
 དཔེ་དོན་མཐོང་བ་ཡིན། འཛིང་གི་དཔེ་དོན་ཐར་བ་ཡིན། དབྱིག་གི་དཔེ་  
 དོན་སྣང་སོལ་ཡིན། ཅིར་གྱི་དཔེ་དོན་སྒྲུམ་བ་ཡིན། རྒྱལ་སྒྲོན་འབངས་  
 གསུམ་ཟེར་བ་དེ། ཐིག་དྲུག་འབྲེལ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ཡིན། སྒྲོ་སྒྲོ་བ་རྣམས་  
 བྱི་སྒྲོན་པོ་ཡིན། ཁྱོད་རིགས་རྣམས་ནི་འབངས་ཡིན་ནོ། བྱ་བྲབ་དམ་བྲག་  
 གཙུག་ཐག་གསུམ། སྒྲོ་སྒྲུག་རལ་ཅན་རྣམས་ཕྱ་བྲག་ཡིན། གཤུམ་ཆི་བྲག་

ནམས་དུ་བྲག་ཡིན། །སོ་བྲག་མགར་མགོ་གཙུག་བྲག་ཡིན། །སངས་ཀྱི་བྱ་  
 བྲག་སྤུན་དགུ་དེ། །སོ་ཡོན་ལང་ཐང་ལིང་ཀུན་སངས། །ད་རོག་ཐབས་  
 དབྱིངས་ཤ་བ་སངས། །ད་རོག་ཁྲི་གཉན་འུམ་མཐའ་སངས། །སོ་ཡོན་ངར་  
 མ་རི་ཅེ་སངས། །ད་རོག་ནག་མོ་མགོ་བདུམ་སངས། །སོ་ཡོན་ཁ་ཐུན་ལག་  
 ཆ་སངས། །འོང་གི་སྒྲིབ་བ་ཐུར་བྱ་སངས། །ད་རོག་ཡུ་མོ་གང་སྒོན་སངས། །  
 དུ་དབལ་དུ་ཆུ་སངས་དང་དགུ། །བྱ་ནག་མཐུར་འདུག་སྤུན་དགུ་ཡིན། །  
 བྱ་དཀར་ཁྲེན་རྒྱག་དགུ་པོ་ནི། །སྒོ་སངས་བང་མཁྱེས་མིག་རྣོན་དང་། །  
 ལྷུང་ཀུན་རྒྱལ་པོ་ཡར་ནམ་སངས། །ཅེ་ར་ཐུན་རུམ་རྟ་འཐེད་སངས། །ཅེ་ར་  
 རུ་ཐོག་དབལ་རུ་སངས། །ཅེ་ར་ཀྱུ་བྱི་ཐར་བ་སངས། །ཅེ་ར་དབྱིག་ཐར་སངས་  
 དང་ན། །སྒོ་ཀ་ལ་གོ་དུག་གཟིག་མོ་སངས། །ཅེ་ར་གཡུར་རལ་སངས་དང་  
 བྱི། །ཅེ་ར་ཅེ་ལེ་སངས་རྣམས་ཡིན། །སོ་ཡོན་གཡུ་བྱ་འཐུར་བའི་སངས། །  
 གཡུང་དུང་ཆེ་འཕེལ་དོན་གྲུབ་སངས། །གཏུམ་ཅི་ཁ་ལ་མེ་འབར་སངས། །  
 དུན་ཅེ་རྟག་མོ་རི་བཀྲ་སངས། །ད་རོག་ཐུན་དུག་སྤྲང་བྱ་སངས། །ཀྱེ་བ་ལི་  
 བྱིན་སངས་དང་ནི། །སོ་ཡོན་སྤྲང་བྱ་མཆུ་རྣོན་སངས། །སེ་མ་དུན་ཅེ་སངས་  
 དང་ནི། །གསེར་སྤྲང་གཡུ་གཤོག་རྟག་རིས་སངས། །བྱ་དཀར་མཚལ་ཐིག་  
 དགུ་པོ་ཡིན། །སྒོ་ལྷུང་ཀུན་རྒྱལ་པོ་ཡར་ནམ་སངས། །ཅེ་མ་ལེ་འེ་སྒྱེལ་མིན་  
 སངས་དང་ནི། །སྒྲིབ་ནག་མ་མ་རུ་བཤལ་སངས། །འབངས་ནག་སོ་ཡི་སངས་  
 དང་ནི། །ཟང་གོ་གཡོ་ལག་སངས་རྣམས་ལ། །བྱ་ལམ་སྤུན་ལྷ་ཟེར་བ་ཡིན།།

ཁ་ཡེལ་ཅི་མེད་སངས་དང་གཅིག། བྲག་ཆེན་ཁུར་ཡུར་སངས་དང་གཉིས།  
 རྒྱུར་ནག་རེ་སྤྲིས་སངས་དང་གསུམ། །ལྷ་བྱ་གོང་མོ་སྤྲོན་གསུམ་ཡིན། །བྱ་  
 དཀར་གྱེན་རྒྱག་དགུ་པོ་དང་། །བྱ་དཀར་མཚལ་ཐིག་དགུ་པོ་ལ། །སངས་  
 དཔའ་འདུས་རིན་ཆེན་བཙོ་བརྒྱད་ཟེར། །སྒྲོན་པ་གཡུ་ཁ་དུག་འདུས་ནས། །  
 བཤད་པའི་བྱ་དཀར་སྤྲོན་དགུ་དང་། །བྱ་ནག་སྤྲོན་དགུ་འདི་ལྷ་སྟེ། །སོ་ཡོན་  
 སྤྲོན་ཅེ་སངས་དང་གཅིག། །ཤིང་ཤག་མདའ་གྱི་སངས་དང་གཉིས། །དུ་  
 དམ་དགུ་ཁྱི་སངས་དང་གསུམ། །སྒྲེ་བ་སྒྲེ་ལང་སངས་དང་བཞི། །དུ་དབལ་  
 རྒྱར་བུ་སངས་དང་ལྔ། །སོ་བྲག་སྤྲོན་དུག་སངས་དང་དུག། །དུ་ནམ་དུན་ཅེ་  
 སངས་དང་བདུན། །ཁ་ཡེལ་ཅི་མེད་སངས་དང་བརྒྱད། །བྲག་ཆེན་ཁུར་ཡུར་  
 སངས་དང་དགུ། །བྱ་ནག་སྤྲོན་རྒྱག་དགུ་པོ་ཡིན། །ཨ་ཡུར་དིག་སངས་དང་  
 བེ། །དབྱིག་དམར་དབྱིག་ཐོག་བྲག་དམར་སངས། །རྒྱུར་མེན་བ་རང་སངས་  
 དང་བེ། །ཅོ་ར་ཀུ་བྱི་ཐར་བ་སངས། །ཅོ་ར་ལག་ཆ་རྟ་མཐའ་སངས། །ཅོ་ར་  
 དབྱི་ཐར་སངས་དང་བེ། །ཀེ་ལ་ཀེ་དུག་གཟིག་མོ་སངས། །ཅོ་ར་ཐོག་དཔལ་  
 རུ་སངས། །སྒོ་བྱུང་ཀུན་རྒྱལ་པོ་ཡར་ནམ་སངས། །བྱ་དཀར་གྱེན་རྒྱག་དགུ་  
 པོ་ཡིན། །དེ་ནས་བརྒྱག་གི་དབྱེ་བ་ལ། །ཡ་ཆ་འཕྲད་སྒྲེས་ཟེར་བ་དེ། །  
 བརྒྱག་ཁ་གཡས་སུ་བཅས་བ་ཡིན། །ཡ་ཆ་རྩིད་པའི་གཉེན་ལམ་ཡོད། །  
 མ་ཆ་འཕྲད་སྒྲེས་ཟེར་བ་དེ། །བརྒྱག་ཁ་གཡོན་དུ་བཅས་ན་ཡིན། །མ་ཆ་ར་  
 གྱོད་ཀྱི་སྒོ་སྒྲར་ཡོད། །ལད་ཆ་འཕྲད་སྒྲེས་ཟེར་བ་དེ། །བརྒྱག་ཁ་དབུས་སུ་

བཅས་ན་ཡིན། །ལ་ཆར་གྲོག་གི་སྤངས་རི་ཡོད། །ལྷག་ཞོན་ལྷག་ཁྲིད་ཟེར་  
བ་དེ། །གཡས་སུ་བརྒྱག་གཉིས་བཅས་ན་ཡིན། །ལྷག་ཞོན་ལ་བཟང་པོ་  
བརྟེན་མ་ཡོད། །ར་ཞོན་ར་ཁྲིད་ཟེར་བ་དེ། །གཡོན་དུ་བརྒྱག་གཉིས་བཅས་  
ན་ཡིན། །ར་ཞོན་ལ་ངན་པ་བརྟེན་མ་ཡོད། །འཁོར་ལོ་སྤངས་པ་ཟེར་བ་  
དེ། །གཉིས་གསུམ་སྒོ་ལྷག་བཅས་ན་ཡིན། །འཁོར་ལོ་སྤངས་པར་བཟང་  
ཏུགས་ཡོད། །མཛངས་པ་མིག་མེད་ཟེར་བ་དེ། །དྲིང་དྲིང་ན་བ་རེ་ཞོན་རེ་  
སོགས། །གྲིང་ལ་པར་འདུས་རྒྱུར་འདུས་ནས། །དབྱེ་བསལ་མི་ཤེས་དེ་ལ་  
ཟེར། །དེ་ནི་གཙང་བཙོག་འདྲིས་པ་དང་། །ལྷ་འདྲེ་འདྲིས་ཤིང་ཤན་མ་ཕྱེད། །  
བརྒྱག་ཁ་མ་སྒྲིན་ཟེར་བ་དེ། །བརྒྱག་ཁ་སྒྲས་ཤིང་མི་གསལ་ཡིན། །ལར་མ་  
བརྒྱག་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་མི་ཡིན། །བྲུ་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་སྟེར་མི་ཡིན། །  
གཡས་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་བཟང་པོ་ཡིན། །གཡོན་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་ངན་པ་  
ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་བདུད་ཆད་ཡིན། །ར་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཆར་བརྒྱག་  
པ་ཡི། །བརྒྱག་ཆེན་དུས་མིན་ཐུབ་པར་དཀའ། །དེ་ནི་བཏགས་པའི་རིགས་  
ལ་ཡང་། །ཉིན་དུ་བཏགས་པ་ལྟ་ཡིདོ། །དཀྱིལ་དུ་བཏགས་པ་མི་ཡིདོ། །  
སྤྱི་བ་དུ་བཏགས་པ་འདྲེ་ཡིདོ། །བརྒྱག་ཁ་སྤྱི་བ་དུ་བཅས་པ་ལ། །བཏགས་  
པ་ཉིན་དུ་བྱུང་བ་ན། །གྲོག་ལེན་ཡིན་བས་བཟང་བར་བཤད། །དེ་ལས་ལྷོག་  
ན་གྲོག་ཤོར་ངན། །བརྒྱག་ཁ་སྤྱི་བ་དུ་བྱུང་བ་ལ། །སྒྲིག་སྤངས་འོང་སྟེ་རྩེ་མི་  
ཉེས། །དེ་ནི་སྤྱིས་ཀྱི་བཤད་པ་ལ། །སྤྱིས་ལ་རྣམ་པ་བརྟུག་ཉིས་ཡོད། །སྤྱིས་

དང་རྩམ་དང་དིང་མོ་གལ། རྩང་དང་དོད་དང་ནེ་ཆ་དང་། བཅིང་དང་འགག་  
 དང་འབྲེལ་བ་དང་། ཞབས་དང་འབྲེལ་དང་སེལ་ཁུར་དང་། དེ་ལྟར་རྣམ་  
 པ་བརྩུག་ཉིས་པོ། དང་པོ་སྦྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྩོན་ཁང་ཁོང་མཁས་པ་ས་  
 མོ་བཏབ་པ་ས། བྱོད་ལུར་ལུ་གུར་བརྒྱག་བཅས་བབས། དེ་བཟང་པོ་ཡིན་  
 བར་བཤད་ཡོད་པ་ས། བྲེ་མར་སྡེར་གང་ནང་དུ་བརྩུག། མ་ལུབ་སྦྱིས་དེ་གོར་  
 ཅས་སོང་། བཟང་དུག་ལུབ་པར་དཀའ་བས་ན། བྲོ་ལུར་གྱི་དོ་སྙགས་མེད་  
 ཅ། རྩྱིར་ནི་བཟང་བའི་མདུད་པར་གསུངས། ད་མོ་ཡི་རྒྱལ་པོ་སྡེ་དགུ་  
 བཤད། ལྟ་ཡི་རྒྱལ་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་། ལྟ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་དང་། ལྟ་  
 ལྟ་པ་ཡེ་སྦྱོན་མི་ཡི་རྒྱལ་པོ་དང་། ལག་ཉན་རྩེ་སྒྲུལ་བ་གོང་སྦྱོན་དང་། དག་  
 ལྟ་པ་པོ་ལྟ་བ་བ་མཐུ་ཆེན་དང་། ལེར་མའི་རྒྱལ་པོ་རྩམ་པ་བདུད་འདུལ་  
 དང་། ཅང་སེའི་རྒྱལ་པོ་ཁས་དུག་བསེའུ་རུ་གཅིག་དང་། ལམ་ལུང་དུང་རྒྱལ་  
 པོ་ཡོར་པོ་རུ་མང་དང་། ཡལ་གཅིག་སྡེད་པ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཅས། ལྟ་  
 བོ་འོག་རུ་འཆད་པར་འགྱུར། དེ་འདྲའི་རྒྱལ་པོ་སྡེ་དགུ་ལ། དགོས་ཆ་རིན་  
 ཆེན་སྣ་དགུ་དགོས། དང་པོ་བཟུང་བ་ལུལ་གྱི་དགོས་ཆ་ལ། རྒྱལ་པོ་བཞུགས་  
 བའི་སྒྲུ་མཁར་དེ། དུག་གི་ཀོང་ཅེ་དུན་དུན་ཡིན། ལྟུགས་བེའུ་ལུག་གསོ་  
 བའི་རྩ་ཁང་དེ། ལྟ་ས་དང་ར་ལོ་བཟང་ཡིན། འབྲས་དུག་ཟ་བའི་ཁོང་ས་  
 དེ། རྩོན་དིང་འབྲི་མིག་འབྲེལ་བ་ཡིན། དེ་གསུམ་ལན་གྱི་ན་འབན་གོང་  
 ལུང་ན། རྩེ་ལ་ནང་འབྲུགས་རྩི་ཐོག་ལོ་དོག་རྒྱུད། ལག་ཉིས་པ་བཅན་ས་སྡོང་

གི་གོ་ཆ་ལ། །ནམ་མཁའ་འོད་གི་ལྷ་ཉིད་དེ། །ཀྱེ་བ་ཀྱེ་ལེ་འོད་དཀར་ཡིན། །  
 ས་གཞི་སྤྲིག་གི་རྒྱུད་ཉིད་དེ། །དེ་ལོག་རང་འགྲུག་སྤྲིག་པོ་ཡིན། །བར་སྤྱང་  
 ཟེར་གྱི་གཉན་ཉིད་དེ། །དུམ་དབལ་གཡུང་བྱུང་ཆེན་པོ་ཡིན། །དེ་གསུམ་ལན་  
 དུ་ན་འབན་ན། །ཉིད་གསུམ་ཞིག་རལ་བྱུང་བ་ཡིན། །སྦྱོན་མེད་ན་མི་ཡི་སྦྱ་  
 མཁའ་ཚུགས། །གསུམ་བ་བཅུན་མོ་སྦྱན་གྱི་དགོས་ཆ་ལ། །སྦྱོ་ཡི་གོ་ཅ་ལན་  
 མེད་དེ། །རྒྱབ་པ་མིང་ཅན་གྱི་བཅུན་མོ་ཡིན། །མུ་ཅ་ལི་ཤོ་དམར་མོ་དེ། །  
 མཛེས་ཡག་གཞུང་ཅན་གྱི་བཅུན་མོ་ཡིན། །རྡེ་ལ་རྒྱུད་དུན་ཅེ་རྩ་རྩ་དེ། །རྒྱབ་  
 གོས་ཅོར་ཅན་གྱི་བཅུན་མོ་ཡིན། །དེ་གསུམ་དག་གི་ལན་དུ་ནི། །ཁྲི་མེ་ཉེ་བུ་  
 ཨ་ཁད་དེ། །ཁྲི་མཛེས་ནང་མཛངས་བར་སྦྱོད་ལམ། །བཟང་པོ་མ་རབས་  
 གཤིས་ལ་སོགས། །མོ་བཅུན་ལས་ཐབ་དག་ལ་ངན། །ལན་མ་ལད་མོ་བཅུན་  
 གནས་སྦྱོ་ཆོད། །བཞི་བ་མཁྱེན་པ་བ་རྟ་ཡི་དགོས་ཆ་ལ། །སྦྱོ་ཆེ་བྱ་འདབ་རྩེ་  
 བསྦྱོད་དེ། །སྦྱོང་ཉིད་སྦྱོང་རྩེ་འོ་རྟ་ཐོ་ཡིན། །སྦྱོ་ཆེ་དང་མ་འཕུར་གཤིས་དེ། །  
 བསམ་ཁྱེན་ཡིད་གྱི་རྟ་ཐོ་ཡིན། །སྦྱོ་ཆེ་སྤྱིང་བཞི་ཁྲི་མཁྱེན་པ་དེ། །ཤུགས་ཆེན་  
 རྟ་ཐོ་བང་མཁྱེན་པ་ཡིན། །དེ་ལན་ཤ་བག་ལི་ཡན་ན། །ཞེ་སྤྱང་རེ་དོགས་  
 ཆད་སྦྱན་བྱུང། །དེ་ལ་སྦྱོན་མེད་བྱུང་བ་ན། །འདི་ཕྱི་བར་དོའི་ལམ་འཕྲང་  
 ཆོད། །ལྷ་བརྗོད་དབལ་མཚོན་གྱི་དགོས་ཆ་ལ། །སྦྱེར་ཐོག་སྤྲིག་མོ་འབྲུག་སྦྱིང་  
 འདི། །རྩམ་གྱི་རལ་གྱི་མེ་འབར་ཡིན། །ཁ་ཆོ་དུང་མདུང་རྒྱང་རིང་འདི། །  
 རྩིག་གི་མདུང་མོ་བྲག་ལུག་ཡིན། །གོང་དཀར་གཡུང་བྱུང་ལྷི་བུར་འདི། །དང་

གྱི་སྒྲུ་གྱི་རེད་ཆོད་ཡིན། །དེ་གསུམ་ལན་རྒྱ་ཁྱི་དད་དོད་དེ། །མཚོན་རར་  
 མ་ཆག་རལ་བྱུང་བ་ཡིན། །སྒྲོན་མེད་ན་དག་ཕྱོགས་ཐལ་བར་སྒྲོག་ །དྲུག་  
 དཔའ་བ་སེམས་གྱི་གོ་ཆ་ལ། །སྒྲ་བྲག་ཚོལ་ཆེ་ལུ་གྲུ་སྒྲིང་། །འཇིགས་སྒྲག་  
 མེད་པའི་དཔའ་སེམས་ཡིན། །མུ་ས་རྒྱུང་འོད་དཀར་མོ་དེ། །བྲབ་དཀར་ཉ་  
 མོ་སྒྲོང་ཤོད་ཡིན། །གསེར་བྱ་གྲང་ཆེན་སེར་མོ་དེ། །གསེར་ཐུབ་འཁོར་མོ་  
 གྲིང་ཆེན་ཡིན། །དེ་གསུམ་ལན་རྒྱ་མ་སྒྲུམ་ན། །དཔའ་སེམས་བྲབ་ཐུབ་ཞིག་  
 པ་ཡིན། །ལན་མ་ལད་རང་ཕྱོགས་ཉམ་ང་མེད། །བདུན་པ་རྩོད་པ་ཁུམ་གྱི་  
 དགོས་ཆ་ལ། །དིང་དིང་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་དེ། །མ་བསྐྱར་སྒྲོན་པའི་མི་སྡེ་ཡིན། །  
 དིང་དིང་ལྷགས་བསྒྲོན་པོ་དེ། །མ་གསོས་སྡེར་མའི་བུ་རྩ་ཡིན། །དིང་དིང་ཁ་  
 མཁར་དབུ་ཅེ་དེ། །སྒྲོ་སྒྲོར་ཞགས་འབྲུལ་གྱི་ལྡེ་ལུ་མིག་ཡིན། །དེ་གསུམ་ལན་  
 རྒྱ་སོ་ཡོན་བྱན་བྲག་ན། །ལྷ་སྡེ་རང་སྒྲོ་བདུད་གྱིས་སྒྲོག་ །ལན་མ་ལད་བརྟན་  
 ཁུམ་རྒྱལ་བ་ཡིན། །བརྒྱད་པ་དྲག་པོ་མཐུ་ཡི་གོ་ཆ་ལ། །དིང་དིང་གག་ཆེན་  
 གུར་བཀྲ་དེ། །མ་བསྐྱབས་འཁོར་བའི་ལྷ་སྒྲུང་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་གཡུ་འོད་གུར་  
 བཀྲ་དེ། །མ་བརྟུངས་གགས་པའི་གཡུ་རྩ་ཡིན། །ཁུ་སྒྲར་འབྲུག་ཐོག་ལྡེ་བུར་  
 དེ། །མ་ཐད་ཆོས་སྒྲོང་མའོན་རྒྱག་ཡིན། །དེ་གསུམ་དག་གི་ལན་རྒྱ་ནི། །ཤ་  
 བབ་ལི་ཡན་ར་བརྒྱག་དེ། །ལྷ་སྒྲུང་བདུད་བབས་ལྷ་ཁུ་ཆག་ །ལན་མ་ལད་  
 སྒྲགས་བས་སྤིང་གསུམ་འདུལ། །དགུ་བ་གཡུང་རྒྱུང་བོན་གྱི་དགོས་ཆ་ལ། །  
 སད་གྱི་རྒྱན་ཐག་དཀར་མོ་དེ། །འབྲུར་ལྷོག་མེད་པའི་ལྷ་བ་ཡིན། །རང་སྒྲན་

ལྷ་རྒྱུད་དཀར་མོ་དེ། སྒྲིབ་གཡོགས་མེད་པའི་ཆོས་གོས་ཡིན། །བྱ་ཡུན་ནི་  
འོད་དཀར་མོ་དེ། སྒོ་ཤེས་རབ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །དེ་གསུམ་དག་  
གི་ལན་དུ་ནི། ཁེར་དེ་བྱི་མོ་ན་ནག་དེ། ཡང་དག་གྲོས་སྒྲེ་མཆུ་ནག་ཡིན། །  
ཆོས་གོས་མི་ཁའི་རི་མོ་དོད། །ལྷ་བ་འབྲུགས་ཞིང་ཤེས་རབ་འགྲིབ། ལན་  
མ་ལད་ཆོས་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད། །འིག་བ་རང་དབང་ཐོབ་པ་ཡིན། །དེས་  
དད་བརྩོན་དུན་པ་ཏིང་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་སྒྲོབས་པ་ལ་སོགས་པ། ཡང་  
དག་ལམ་གྱི་ཆོས་ཀྱན་གྱང་། །ཤུགས་ལ་བསྟན་པར་འིག་པར་བྱ། །རྒྱས་  
སྒྲོས་ཡི་གེ་མང་བས་བཞག། ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་གོ་བར་བྱ། །དགོས་ཆ་རིན་  
ཆེན་སྒྲ་དགྲ་ཡི། །སྒྲེ་ཆོན་ནི་ཤུ་ཅུ་བདུན་དང་། །རྒྱལ་པོ་དགྲ་བཅས་སོ་དྲུག་  
བཤད། །ད་རྒྱལ་པོ་དགྲ་ཡི་རྫོང་དགྲ་བཤད། །ཤར་གེ་རུ་དུན་ཅེ་མེད་གོ་  
རྫོང་། །ལྷ་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་དབང་རྫོང་ཡིན། །དེ་རུ་སྐྱབས་པ་རུ་སོད་ན། །  
དབང་རྫོང་བདུད་ཀྱིས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །དེ་ལ་བདུད་ཀྱིས་མི་འཕྲོག་པའི། །  
ལྷ་ཆེན་ཆངས་པའི་རྒྱལ་པོ་དགོས། །དེ་སང་གྱི་སེ་སྟོད་མི་རུ་མ་ཡིན། །ལྷོ་ནེ་  
ཅོ་གཡུ་འོད་འབྲུག་མོ་རྫོང་། །ལྷ་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་དབང་རྫོང་ཡིན། །ཁྲིང་  
དམར་ནེ་ཆུ་སེ་སྟོད་ན། །ཤ་ཟན་སྒྲིན་མོས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །དེ་ཡིས་འཕྲོག་  
པར་མི་རུས་ཕྱིར། །ལྷ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་དགོས། །དད་རྩོག་འབྲུལ་ཤ་  
རུ་རིང་ཡིན། །རུབ་ཁྱོ་ཆུ་འབར་བ་སྟག་མོ་རྫོང་། །མི་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་དབང་  
རྫོང་ཡིན། །དེ་ལ་སོ་ཡོན་ནག་མོ་ན། །གདུག་པ་ངམ་གྱིས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །



དེའི་ཁ་གཏོན་ཡེ་སྒྲོན་ཀླུ་པོ་དགོས། །སྤྱི་སྤྱིང་གྱི་སྤྱང་རི་ཕུབ་དཀར་ཡིན། །  
 བྱང་མི་ཆུ་དཀར་མོ་ཁྱུང་མགོ་ཚྩོང་། །དེ་གཉན་ཁམས་རྣམས་གྱི་དཔའ་ཚྩོང་  
 ཡིན། །སྒྲོ་ཚྩོང་མ་ཟེ་ཨོག་དམར་ན། །གཏུག་པ་བཅན་གྱིས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །  
 དེའི་ཁ་གཏོན་གཉན་རྩེ་གོང་སྒྲོན་དགོས། །སྤྱ་ཡར་གྱིང་ཡ་ཆ་བང་མིག་ཡིན། །  
 ཤར་ལྷོ་བྱི་རྒྱུང་ཉི་མ་ཚྩོང་། །དག་སྤྱ་རྣམས་གྱི་དཔའ་ཚྩོང་ཡིན། །དེ་རུ་ཕུང་  
 ཁང་ཁར་པ་ན། །དེ་ཤ་ཟན་སྟག་མོས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་གཉན་པོར་  
 གྱུར་པ་ནི། །དག་འདུལ་གྲུབ་པ་མཐུ་ཆེན་ཡིན། །སྒྲེ་བ་བག་ཐོག་གྱི་བྱར་  
 དགོས། །ལྷོ་རུབ་གྲུབ་བྱ་རྒྱ་བ་ཚྩོང་། །ཁེར་མ་རྣམས་གྱི་དཔའ་ཚྩོང་ཡིན། །  
 དེ་རུ་དམ་ཁག་རུ་སོང་ན། །གཏུམ་པོ་དོམ་གྱིས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་གཉན་  
 པོར་གྱུར་པ་ནི། །དཔའ་ཆེན་ཁེར་མ་མཐུ་ཆེན་དགོས། །དེ་སོ་ཡོན་རམ་པ་  
 འབྲུག་ཕྱེ་ཡིན། །རུབ་བྱང་རི་དྲགས་ཤར་ཚྩོང་། །ཅང་སེ་རྣམས་གྱི་དཔའ་  
 ཚྩོང་ཡིན། །དེ་རུ་སྒྲོ་བར་ཉིང་བཤལ་ན། །རམ་པ་བྱེད་གྱིས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །  
 དེ་ཡི་འཕྲོག་རུ་མི་གཏུབ་པའི། །ཁ་དྲག་བསེལ་རུ་གཅིག་དགོས། །དེ་བྱ་ཡུན་  
 གསེར་གྱི་ཡང་ཐིག་ཡིན། །བྱང་ཤར་བསེ་རུ་ཕྲོ་གཉེར་ཚྩོང་། །གཡུང་དུང་  
 རྣམས་གྱི་དཔའ་ཚྩོང་ཡིན། །དེ་རུ་སྤུམ་མཉམ་སྒྲོ་བརྒྱག་ན། །གཅན་གཟན་  
 གཏུག་པས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །དེ་ཡིས་འཕྲོག་རུ་མི་གཏུབ་བྱིར། །མཐུ་ཆེན་  
 ཡོར་པོ་རུ་མང་དགོས། །དེ་སྤུམ་སྟག་མོ་ཁ་གདངས་ཡིན། །དབུས་སེང་གོ་  
 གསེར་རི་གཏུ་ཚྩོང་། །འཛིགས་མེད་གཏུགསེར་ཚྩོང་འདི། །མིད་པ་ཀུན་གྱི་

དབའ་རྫོང་ཡིན། དེ་རུ་རྫོང་རྒྱུ་ཉི་མ་བྲག་ ཤི་བདུད་གཤིན་རྗེས་འཕྲོག་པ་  
 ཡིན། དེ་ཡིས་འཕྲོག་ཏུ་མི་གཏུབ་ཐིམ། ཡལ་སྤིང་བ་སྤྲང་བ་འོད་ལྷན་  
 དགོས། མད་ཁྱི་འོད་གནམ་རྫོང་དཀར་པོ་ཡིན། མཁར་དེ་དགའི་རྒྱང་གཞི་  
 རྩོལ་བཅིགས། སྤྲ་བརྟན་ཁྱི་རྩེ་པོ་འོད་འདྲ། སྤྲུམ་རན་རྒྱང་གཞི་ཆབ་  
 གྱིས་བཤིག་ དེ་ཡི་གཉེན་པོར་གྱུར་བ་ནི། སྤྲ་བདག་ཁྱོས་པའི་ཡ་སོ་དགོས།  
 དེ་སྤོ་བར་ལིང་ཀུན་བྲུབ་པ་ཡིན། རྒྱ་སྤོ་འདུས་པའི་མཆེ་བ་དགོས། དེ་ནི་  
 སོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་ཡིན། དུང་རྫོང་འཕར་མའི་རར་སྤྲད་དགོས། དེ་ནི་བྱ་  
 སུར་གསེར་ཐིག་ཡིན། མཁར་ཟུར་བཞི་སྤྲུག་པོ་མཆོང་ལ་བྲུས། དུང་ཆོད་  
 ཉག་ཐུན་མདའ་དང་འདྲ། སྤྲེལ་ཐེའུ་རང་རན་པས་འརྗེགས་པ་ནི། དེ་རུ་  
 བྲུང་ལ་བག་ཁྱི་ཡིན། སྤྲེལ་དང་ཐེའུ་རང་མི་འརྗེགས་པའི། སྤྲ་བརྟན་བསྐྱེ་  
 ཡི་སྤྲེ་བ་དགོས། དེ་ནི་དམུ་རག་བརྒྱག་གསུམ་ཡིན། བྲུ་བོ་སྤྲུག་གི་ཆ་རོག་  
 དགོས། དེ་ནི་ཨ་ཁད་བརྒྱག་གསུམ་ཡིན། སྤྲང་བུང་སྤོན་མའི་བྲུར་མ་དགོས།  
 སུམ་མཉམ་སྤྲུག་མོ་མཁལ་དཀར་ཡིན། འཕྲགས་བཞི་འཕྲ་སྤོམ་བསེ་ལས་  
 བྲུས། འཕྲགས་ཆོད་དུལ་དཀར་མེ་ལོང་འདྲ། སོ་ཡོན་རྫོང་བཤལ་བབ་པ་  
 བ། སྤྲོགས་ཀྱི་བྲུང་རྩོ་འཕྲོག་པ་ཡིན། བསེ་འོད་དམར་པོའི་འཕྲགས་བཞི་  
 ལ། བྲུང་ཀྱི་སྤྲོགས་རྩོ་མི་འཕྲོག་པའི། གཤུ་འབྲུག་སྤོན་མའི་རུ་ཅོད་དགོས།  
 རུ་སོད་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ཡིན། རྩོ་མཆོག་སེར་པོའི་རྩིག་པ་དགོས། སྤྲོ་ཆོ་མདོ་  
 སྤྲིང་ཁྱོ་མོ་ཡིན། དུང་སྤྲང་དཀར་པོའི་སྤྲ་ལྷགས་དགོས། གཤུ་བར་འབྲོང་

རུ་ཅེ་སྒྲོད་ཡིན། །བད་བཞི་འཛིག་མེད་གསེར་ལ་བྱས། །སྤྲོད་དོ་རྗེའི་བྲག་  
 དང་འདྲ། །ཁྲིང་ཤོ་བྱི་ཤོ་ཤག་བབ་བ་ན། །བད་བཞི་ཐོག་གིས་བཤིག་བ་ཡིན། །  
 །ཁ་བད་ཐོག་གིས་མི་བཤིག་བའི། །སྤྱོན་སྤྱག་མེད་བའི་གཟུ་འབྲུག་དགོས། །  
 །ཁ་ལང་གསེར་ཐིག་ཆེན་མོ་ཡིན། །ན་རྒྱས་མེད་བའི་དྲུང་ཁྱུང་དགོས། །ཁྱུང་  
 །བརྒྱད་དཔལ་མདངས་དཀར་པོ་ཡིན། །འཛིག་སྤྱག་མེད་བའི་སེང་གོ་དགོས། །  
 །རྒྱང་སྤར་ལྷ་འོད་དཀར་མོ་ཡིན། །ཅེ་བཞི་དཀར་གསལ་ཤེལ་ལས་བྱས། །  
 །ལེགས་ཆོད་མཆོད་རྟེན་ཁོང་གསེར་འདྲ། །དེ་རུ་བྱ་རལ་ངན་རིགས་ན། །ཅེ་  
 །མོ་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བ་ཡིན། །དེ་བཞི་རྒྱུད་གིས་མི་བཅད་བའི། །དཔལ་གྱི་བྱ་  
 །རྒྱལ་རྒྱོད་པོ་དགོས། །མ་ཆོ་དྲུངས་མ་བྲི་གཤོག་ཡིན། །མཆོང་གི་བསེ་སྤྱག་  
 །སྤྱག་པོ་དགོས། །ཁུ་སྤར་འབྲུག་ཐོག་ཕྱི་སྤར་ཡིན། །འཆི་མེད་ལྷགས་གྱི་བྱ་  
 །ཁྲ་དགོས། །རྒྱུ་ལ་རྩམ་བ་ཕྱི་སྤར་ཡིན། །ནང་བཞི་བ་ལེ་དྲུང་ལས་བྱས། །  
 །གསལ་ཆོད་ཡི་གེ་ཨ་དང་འདྲ། །སོ་ཡོན་ཐུན་ཐུག་བབས་བ་ན། །ཐུན་བ་ནག་  
 །པོ་འཁྲིགས་བ་ཡིན། །ནང་དུ་ཐུན་བ་མི་འཁྲིགས་བའི། །དྲུང་རི་དྲུང་གི་ལྷ་བ་  
 །དགོས། །བྱ་སྤར་འཁོར་བ་སྤྱིང་ཆེན་ཡིན། །བྲི་གཏུགས་གསེར་གྱི་ཉི་མ་  
 །དགོས། །འིང་ཉི་འོད་གམ་སྤྲོ་ཆོས་ཡིན། །བག་གསལ་ཤེལ་གྱི་སྤར་མ་  
 །དགོས། །ཐུ་ས་ཤེལ་ཐོད་འཁོར་རྒྱུང་ཡིན། །གཏུང་བཞི་མཆོ་རྩོག་གཟུལ་ལ་  
 །བྱས། །མར་ལྷང་སྒོ་བརྒྱག་བབས་བ་ན། །གཏུང་མ་རྒྱེད་ནས་ཆག་བ་ཡིན། །  
 །གཏུང་བཞི་རྒྱེད་ནས་མི་འཆད་ཕྱིར། །མཆོ་རྩོག་གཟུལ་གཏུང་མ་དགོས། །

ད་རོག་གསེར་གཞུང་ཆེན་པོ་ཡིན། རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་གདུང་ཁེབ་དགོས།  
ཀྱེ་བ་ཀྱེ་ལེ་འོད་དཀར་ཡིན། ལུ་མེན་དཔལ་གྱི་གདུང་སྦྱོར་དགོས། དམ་  
དབལ་བ་སྒྲ་ལུང་བཞི་ཡིན། ཀླ་བཞི་བཀྲ་གསལ་གཟི་ལས་བྱས། བརྟེན་  
ཆོད་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་འདྲ། དེར་ཐང་ལེ་ཐང་ལོག་སྦྱོམ་ན། འད་གི་ཀ་བ་  
འབྱེལ་བ་ཡིན། དཔུས་ཀྱི་ཀ་ཆེན་མི་འབྱེལ་བའི། བཀྲ་གསལ་གཟི་ཡི་ཀ་  
བ་དགོས། ཡར་ལྷིང་ཁ་མོ་རྒྱུད་འབྱེན་ཡིན། བྱི་རུད་མར་པོའི་ཀ་ཞུད་གོས།  
སྦྱོར་ལུང་མཆོད་སྦྱིང་སྒྲག་པོ་ཡིན། སྒྲག་པོ་མཆོད་གི་ཀ་གདན་དགོས། ཀར་  
བར་རྒྱ་རྒྱལ་ཁ་སྦྱོར་ཡིན། སྦྱོ་བཞི་ལུ་མེན་དཔལ་ལས་བྱས། བརྟེན་ཆོད་  
སྦྱིན་པོའི་རྫོང་དམར་འདྲ། དེ་བྱི་སའི་ཁ་དྲག་བབས་བ་ན། སྦྱོ་དག་དང་  
རྒྱུན་མས་བྱས་བ་ཡིན། སྦྱོ་བཞི་དག་ཡིས་མི་བྱེ་བའི། སྦྱོན་མོ་ལྷགས་ཀྱི་  
ཐུར་མ་དགོས། ཆོལ་ཆེ་དུང་འོད་དཀར་མོ་ཡིན། འག་པོ་ཁ་ཡི་གཟེ་མ་  
དགོས། སོ་ཡོན་རུ་བ་འབྱུག་ལྟེ་ཡིན། དཀར་པོ་དུང་གི་ལྷེ་མིག་དགོས།  
བྱ་ལུན་དོང་རྩེ་དཀར་མོ་ཡིན། འད་བཅུད་བསགས་པའི་རྒྱལ་བྱས། རྒྱ་  
རིན་ཆེན་འཕགས་པའི་ཁོར་བདུན་ཡོད། བྱི་སར་དུངས་མ་བྱ་བརྒྱག་ན།  
ནང་ཁོར་དག་ལ་ཤོར་བ་ཡིན། ལམ་ཁར་ནང་རིན་ཆེན་སྒྲ་བདུན་པོ། བྱི་ཡི་  
དག་རྒྱུན་མི་རྒྱགས་བྱིར། སྦྱོ་སྦྱང་གུད་ཀྱི་མི་ཐུང་དགོས། དེ་ནི་རེ་སྒེ་གུ་ནེ་  
ཡིན། སྦྱོ་བཀྲ་གསུང་མོང་ཁམས་བ་དགོས། དེ་ནི་ཐང་ལེ་འོད་ཆེན་ཡིན།  
སྦྱོ་བྱི་དོམ་བྱ་ཐུགས་ཀར་དགོས། རུ་སོད་ནེ་ལུ་རབ་རིབ་ཡིན། དེ་དབལ་

རྫོང་དགུ་སྒོར་སྡེ་ཚན་ཡིན། ཁོ་མ་རང་ལ་བཟང་བ་ཡིན། བརྫོང་དུ་མི་བྲམ་  
 དུང་བ་དགུ། དམ་དབལ་གླིང་བཞི་ལའོར་ལོ་དང་། དམ་ཅ་ལི་ཤོ་དམར་མོ་  
 དང་། གྱེ་བ་སད་དེ་ཨ་ཁད་དང་། ད་ལོ་གསེར་གཞིང་ཁྲོ་མོ་དང་། སད་  
 གྱི་ཉི་མ་དུང་འོད་དང་། སྒོ་སངས་ལུ་ལ་བརྒྱུག་སོང་དང་། བག་ལྷི་ར་གསུམ་  
 བརྒྱུག་བ་དང་། གྱེ་བ་རང་ཤག་དགར་པོ་དང་། གཡུང་དུང་སད་དེ་རང་  
 གྲུབ་རྣམས། དགུ་ལ་བབས་ནས་ལན་ལེགས་ན། ཁོ་མ་འི་དགུ་སྒྲོང་ར་བ་  
 ཡིན། མི་ཚོ་གཅིག་ལ་རྫོ་མཐོང་བ་གྲ་ཤིས་འོང་། སྣང་གསལ་འབྲུལ་གྱི་  
 བརྒྱན་བ་རྒྱས། དན་དགུ་སྒྲུབ་པའི་སྡེ་མིག་ལས། བཤད་པ་རན་བ་དགུ་པོ་  
 ཅན། གནམ་ས་བྱ་རལ་ལུང་ཁད་དང་། སྒྱུ་མ་ཆད་སྒྱེར་གསུམ་གསེར་བྱ་ཤེད་  
 ཆད་དང་། སྒྱུ་མ་མ་ཟེ་སེ་སྟོང་ཁོག་བརྒྱུག་དང་། ཁ་འབན་ལུ་ས་ཤོར་ལུང་  
 དགུ་ཡིན་ནོ། གནམ་ལ་གནས་བ་སྡེ་དགུ་ནི། བག་བྱ་ཉི་མ་བྱ་ལུང་ལྷ། ལུ་  
 ས་སྒྲར་མ་རུང་ཟེ་འབྲུག་སྒྲོག་དམར་སྒྲོག་ལ་བག་ཆོ་སྒྲིན། སྒྱུ་མ་མ་ཟེ་ཆར་  
 ལ་ཨ་ཁད་འཇལ། ཁ་འབན་ཐོག་གི་སྒྲ་མ་དུད་ཡིན། བཅུ་གནམ་སྒོར་སེ་  
 སྟོང་རིགས་བབས་ནས། གཉིས་ས་སྒོར་འདི་དགུ་གང་རུང་བབས། ཉི་མ་  
 ས་འོག་རྩབ་སོགས་འགྲོ། ཡང་ན་གནམ་སྒོར་རང་རང་གི་ དགུ་གཤེད་  
 བབས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། ཁོ་བརྗེས་ན་ཉི་མ་ས་ནས་ཐོན། དེ་བཞིན་ལྷ་བ་  
 སོགས་ཀྱང་འགྲོ། ཉི་མ་སྒྲ་དཔོན་བན་དེ་དང་། ལྷ་བ་པོན་པོ་སྒྲིས་བ་དང་།  
 སྒྲར་མ་ཡུལ་སྡེ་བྱ་ཆ་དང་། འབྲུག་ནི་མི་དཔོན་གྲགས་པ་ཅན། སྒྲོག་ནི་

ཡུལ་སྡེ་དབང་ཆེན་པ། ཐོག་ནི་སྤྲུག་སྤྲུག་ཕྱལ་ཅན། སྤྲིན་ནི་ལོ་རྒྱུས་  
དང་གཉེན་གྲོགས་དང་། འཇའ་ནི་ལུ་མོ་དར་མ་དང་། ཆར་ནི་ལོ་ཐོག་སྤྲུང་  
མེད་དེ། ཐོན་ན་དེར་བཟང་རྒྱུ་ན་དན། །ཁ་འཛིན་མཐུད་པ་བསྟན་པ་ལ།  
མོ་སྐྱུ་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་དེ། བྱིམ་རི་བོ་གཅིག་ལ་འདུས་པ་ནི། ཉིང་  
དིང་གཡུག་ལྷོ་མོ་ཡིན། འདི་རྒྱུད་དུག་འདུས་པའི་འབྲས་སུ་ཡིན། འབྲུལ་  
ཤིང་འདུས་པའི་ཕྱེ་མོ་ཡིན། ལྷ་ཁམས་སྤྱིད་པའི་སྤྲུ་མ་ཡིན། མི་དང་ཡོད་  
ཁམས་སྤྱིད་པའི་གཞི་མ་ཡིན། སྐྱུ་རིགས་དང་འཐོར་ཁམས་སྤྱིད་ཡིན།  
སྤྲུང་དུ་སྐྱུ་ཞིབ་འཐོར་པ་གང་བབས་ཀྱང་། བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་འདི་  
བབས་ན། སྐྱུ་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་དེ། བྱིམ་རི་བོ་གཅིག་ལ་འདུས་པ་  
ཡིན། གཡུང་དུང་རི་ཕྱན་འབྲ་བ་བརྒྱད་ཅུ་དེ། དབུས་རི་བོ་གཅིག་ལ་འཐོར་  
བ་ནི། གཡུང་དུང་བརྒྱ་གཡུང་ལ་བཟང་སྡེ་ཡིན། གར་བར་ལིང་ཆོ་ལྷ་བརྒྱད་ནི།  
དབུས་གསེར་གྱི་རི་བོའི་བླ་མ་ཐུད་ཡིན། རྒྱལ་པོ་མི་གཅིག་མི་བརྒྱར་འཕེལ་  
བའི་བླ། སུམ་སྤྱིད་པོ་གསེར་ལ་བྱས། གཡུང་དུང་མི་འགྱུར་བླ་དོ་ཡིན། །  
གནམ་སུམ་མི་འགྱུར་རྟེན་ཤིང་ཡིན། སྤྲུང་དུ་བྱིན་པ་མེད་པར་ནི། གཡུང་  
དུང་རིགས་རྣམས་གང་བབ་ཀྱང་། བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་འདི་བབས་  
བཟང་། བབས་ལུགས་དེ་ནི་ལོག་མ་ཀུན་ལ་འགྲེ། བྲག་སྤྱང་ཐོང་འབྲ་བ་  
སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་དེ། ཤིང་རྫོང་བོ་གཅིག་ལ་འདུས་པ་ཡོད། དེ་གྲེ་བ་རང་  
ཤག་དཀར་མོ་ཡིན། འདི་ཡབ་ལྷ་བདལ་དུག་འཕེལ་ཤིང་ཡིན། རྒྱལ་ལུ་

མཐིང་གི་སྒྲེ་གིང་ཡིན། །མི་འཕྱུར་སྒྲིང་པའི་དང་པོ་ཡིན། །བྲག་སྒྲུང་ཐང་འདྲ་  
པའི་སྒྲོང་གིང་ཡིན། །བྲག་རྒྱན་གཉེར་མའི་སྒྲོང་གིང་ཡིན། །བྲག་ལན་སྒྲོང་  
དུ་འདི་བབས་ན། །ནད་པ་ཡ་མ་མིན་པ་ཀྱན་ལ་བཟང་། །དབྱིས་བྲག་མཆོ་  
འདྲ་བ་སྐྱམ་བརྒྱུ་དུག་ཅུ་དེ། །ཉི་ཟེར་གཅིག་གིས་སྐྱམ་པ་ནི། །བག་བྱ་གསེར་  
གྱི་ཉི་མ་ཡིན། །འདི་ཐུན་པ་སེལ་བའི་སྒྲོན་མ་ཡིན། །སངས་སྤྱང་ཁོད་འདྲ་  
བ་སྐྱམ་བརྒྱུ་དུག་ཅུ་དེ། །མདོ་དར་སྟེ་གཅིག་ལ་འབྲེལ་བ་ནི། །བག་སྒྲུང་ལུ་  
ལ་བརྒྱག་སོང་ཡིན། །འདི་བར་སྤྱང་དར་གྱི་ཡོལ་བ་དེར། །རྒྱལ་བུས་དོན་  
གྲུབ་སོ་སྤྱང་ཚུགས། །ཅང་སེ་སངས་རིགས་བསྐྱུང་མི་ཡིན། །ཁྱོད་ཅ་བཁོད་  
འདྲ་བ་བཅོ་བརྒྱད་དེ། །རི་ཕྲན་གཅིག་ལ་འཁོར་བ་ནི། །སྒྲོཆོ་མདུ་ལུ་སྒྲོན་  
མོ་ཡིན། །འདི་དུར་སྒྲོ་གཅོད་པའི་མོ་མདུད་ཡིན། །ཁྱོད་ཁམས་མེད་པའི་རྩེ་འུ་  
ཡིན། །སྐྱམ་ཚུ་བར་འདྲ་བ་ཉེར་ལུ་སྟེ། །མདོ་ཚུ་ཆེན་གཅིག་ལ་འདུས་པ་ནི། །  
སྐྱམ་ཚུང་བུམ་པ་གསེར་མིག་ཡིན། །འདི་མཐའ་བཞིའི་རྒྱ་མཆོའི་བླ་མདུད་  
ཡིན། །སང་ཁམས་གཟུང་སྐྱར་འདྲ་བ་སྐྱམ་བརྒྱུ་དུག་ཅུ་དེ། །བར་སྤྱང་ཁམས་  
སྤུ་འཁོར་བ་ལ། །སལ་མི་ལྟང་འདུ་ཐག་ནི། །ཁ་ཆོད་པའའ་མདུང་སྐྱམ་བཅུགས་  
ཡིན། །འདི་སང་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་འདུ་ཐག་ཡིན། །རྒྱལ་བུ་མཐིང་གི་ཆོ་ཐག་  
ཡིན། །དཔུང་བལ་རྣམས་ཀྱི་འདུ་ཐག་ཡིན། །བརྒྱག་ཁ་རྩི་ཐོག་འདྲ་བ་སྐྱམ་  
བརྒྱུ་དུག་ཅུ་དེ། །རྒྱང་བ་ཐེ་ཤོས་ཁྱེར་བ་ནི། །ད་རོག་ལུ་ཁ་ལི་ཡན་ཡིན། །  
འདི་རྒྱང་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་སྟེགས་མ་ཡིན། །དབྱུར་གྱི་རུ་རྩི་མི་ལ་སྒྲོང་། །བརྒྱག་

ཁའི་ལན་དུ་བབས་མི་རུང་། །བརྒྱུག་ན་ལྟ་ཁང་བྱེ་བུམ་བརྒྱུག །བུ་རྒྱུས་ནོར་  
 ལྷུག་དག་ཐུབ་ཡིན། །ལི་ཡན་རྒྱུད་སྟོང་སྟེ་བརྒྱད་ལ། །སྟོང་པའི་འབྲས་དུག་  
 སློན་བ་སྟེ། །མད་གྱི་ཉི་མ་དུང་འོད་ཡིན། །དེ་ལི་ཡན་ལན་དུ་བབས་བ་ན། །  
 གཞི་བྱས་ལམ་གསུམ་གང་ལ་བཟང་། །བྱ་རལ་ལུང་གི་རི་བོ་ལ། །ས་མདོའི་  
 རྒྱ་མཐར་ཚུགས་བ་ནི། །བྱ་རལ་ལད་དུ་གལ་བར་ཡིན། །སོ་ཡོན་གཏུམ་པོ་  
 དཔག་ནག་ལ། །གཤེན་རབ་ལྷ་ཡི་ཐུག་རྒྱུད་གོས། །དེ་ཡར་ལྷིང་དཔའ་བོ་རྟག་  
 འཕྱུ་ཡིན། །ལུང་བར་གཟེད་མོ་སྐྱེ་བྱེད་ལ། །སྐྱོན་ཤ་ལུ་མོའི་མཁྱེས་བ་དགོས། །  
 དེ་མ་རི་དོག་ཚང་བཟོ་ཡིན། །གཟེད་མོ་སྐྱོན་དུ་བརྒྱུར་མི་ཡིན། །རྟག་ཏུ་  
 རྒྱུག་གི་འུའི་མོ་ལ་བཟང་། །རྒྱུམ་སེ་ནལ་གྱི་ཤ་མ་ལ། །བ་ཡེ་བ་དཀར་མོའི་  
 ཁ་རྒྱུངས་དགོས། །རྒྱུམ་ལེ་དེ་འདྲ་དཀར་སངས་ཡིན། །བ་ཡེ་བ་དཀར་མོས་ལུ་  
 བདུན་གསོས། །རྒྱུམ་ཁམས་གསོ་བའི་སྐྱོན་རྒྱུན་ཡིན། །རྒྱུམ་གྱི་སོག་ཚང་  
 གོ་ལ་མི་ཡིན། །མདུན་ཁུ་བོར་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། །དེ་ཡི་ལན་དུ་རེ་སེན། །  
 བ་ཡེ་བ་དཀར་མོའི་ལུ་རྒྱུང་ཚུགས། །སྒོ་བརྒྱུག་སློན་པོའི་སྒོ་དོང་ལ། །ཐུགས་  
 དཀར་ལྷ་ཡི་འཕྱོན་བ་དགོས། །བྱ་ལུན་དང་ཅེ་དཀར་མོ་ཡིན། །མ་བརྒྱུག་  
 གྱོད་གྱི་གཞི་མ་ལ། །བུ་བརྒྱུག་འཕེལ་བའི་ས་བོན་དགོས། །རྒྱུམ་བུ་བརྒྱུག་  
 བག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་ཡིན། །གནམ་གྱི་གཡུ་ཆར་སྟོན་མོ་ཡིན། །དབུ་ནག་འཕེལ་  
 བའི་རུམ་ཡིན། །འདི་གསུམ་ལ་ལྷ་ལྷུང་ཐུགས་དཀར་ཡིན། །ཤ་ཅུ་དཀར་  
 ལ་ལུས་པོ་ཐུང་། །དུག་ལ་རང་ལྷུང་ཡེ་སངས་ཡིན། །ཤ་ཅུ་སྟོ་ལ་ལུས་པོ་



སྒྲོམ། བརྩལ་པ་བརྩམ་འཕུལ་མོ་ཡིན། ཤུ་ཅ་སྒྲུག་ལ་སྒྲུ་ཅ་སྒྲོ། སྒྲུམ་དེའི་  
 བྱ་ལུན་འཕུས་པ་ནི། སྒྲུམ་མེའི་དོས་འཛིན་དེ་ལ་དབྱུང། སྒྲུམ་གྱི་བརྒྱག་ཁ་  
 དཀར་ནག་དེ། བརྒྱད་ཅུ་གཡུང་དུང་དེ་ལ་དབྱུང། སྒྲུམ་ཁམས་ནམས་གྱི་  
 དུངས་སྒྲིགས་དེ། སྒྲུམ་གྱི་བྲམ་དེ་ལ་དབྱུང། གཡོན་བརྒྱག་བདུད་ཀྱི་རྒྱན་  
 དོང་ལ། ལྷ་རྩེ་མཛངས་པའི་ཡི་གེ་ནི། རྩོད་ལུང་ལང་མ་ལིང་རྒྱུང་ཡིན། །  
 རྒྱང་པོ་འཕེལ་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། རྒྱག་མོ་ལ་ནི་ཆང་བུད་ཡིན། སྒྲོན་པའི་  
 རོར་གྱི་བང་མཛོད་ཡིན། རྒྱལ་ཕུན་བཙོ་བརྒྱད་འཕེལ་ཁ་བཤད། གྱེ་བ་ལྷ་  
 ཡི་རྒྱལ་པོ་ལ། རྩིས་གྱི་ཕྱག་ཤིང་འཛིན་མི་དེ། གྱེ་བ་རང་ཤག་དཀར་པོ་  
 ཡིན། ད་རོག་དམུ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལ། གཡལ་གི་ར་བ་འགོང་མི་དེ། ད་རོག་  
 རང་འགྲུག་སྒྲུག་པོ་ཡིན། དམུ་དབལ་གཡུག་གི་རྒྱལ་པོ་ལ། གཡུག་གི་གཟེར་  
 ཆེན་འདེབས་མི་དེ། དམུ་དབལ་གཡུང་དུང་ཟེ་ཟེ་ཡིན། སང་མི་བཀོས་གྱི་  
 རྒྱལ་པོ་ལ། སྒྲོས་གྱི་ཕྱག་ཤིང་འཛིན་མི་དེ། སང་མི་རྩང་གི་གསུམ་རྩེ་ཡིན། །  
 བདགས་པ་རྒྱང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ། རིགས་རྒྱུད་འཕེལ་ཁ་བསྐྱེད་མི་དེ། གཡུང་  
 དུང་ལུས་ཅན་པན་ཡིན། ཨ་ཁད་མེ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལ། རྩོད་གྱི་གྲུར་ཆེན་འབུབ་  
 མི་དེ། གྱེ་བ་སང་དེ་ཨ་ཁད་ཡིན། སྒྲུམ་ཁམས་རྒྱུ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལ། སྒྲོན་  
 པའི་སྒྲ་མཆོ་བསྐྱེལ་མི་དེ། སྒྲུམ་གྱི་མཐུ་དཀར་སངས་ཡིན། སྒྲོ་ཆེ་ཤིང་གི་  
 རྒྱལ་པོ་ལ། ཤིང་ལ་ལོ་འདབ་རྒྱས་མི་དེ། གཡུང་དུང་སྒྲོ་ཆེ་ཁྲི་ལ་ཡིན། །  
 བྱ་རལ་རྒྱུང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ། བརྒྱལ་པའི་རྒྱུང་ཆེན་འཕྲོ་བ་དེ། བྱ་རལ་རིན་

ཆེན་གཡུང་རྒྱུད་ཡིན། རྒྱིན་དིང་ས་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལ། མི་འགྱུར་ས་ཡི་གོང་ང་  
དེ། རྒྱིན་དིང་འཁོར་བ་འབུམ་སྡེ་ཡིན། ཁངས་རིགས་ཅངས་མེད་རྒྱལ་པོ་  
ལ། རྒྱོན་པའི་སྤྱོད་མཆོའོད་མི་དེ། གསེར་སྤྱང་གཡུག་ཤོག་སྟག་རིས་ཡིན།  
བྲག་ནག་གང་རུས་རྒྱལ་པོ་ལ། རོམ་གྱིས་རྒྱོན་པ་མ་ཆོར་བ། རོ་ཡོན་ལིང་  
ཀུན་དཀར་མོ་ཡིན། ཁད་ཁམས་ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལ། གཤེན་རབ་གདན་ས་  
ཆོན་མི་དེ། ཁད་སྤྱེལ་ཐོག་དཀར་པོ་ཡིན། ཆོས་བཞི་བན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ།  
གསེར་གྱི་རྩྭ་རིང་འགྲུབ་མི་དེ། ཁད་གྱི་བ་ཅ་ལ་རུམ་ཡིན། གཡུང་རྒྱུད་ཡོད་  
པའི་རྒྱལ་པོ་ལ། གལ་ལ་ཤེ་མོང་རྒྱས་པ་དེ། གལ་བར་རྒྱ་ཆོས་ཐོད་དཀར་  
ཡིན། རེ་སྟོད་ཐུག་གི་རྒྱལ་པོ་ལ། གསོ་བྱེད་བདུད་ཅི་གྲུབ་པ་དེ། རེ་སྟོད་  
དཀར་ཐོག་གཡུང་རྒྱུད་ཡིན། བརྒྱག་ཡོད་ཡོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ལ། ཡོད་པ་  
རྟག་པར་བྱེད་པ་དེ། རིང་དིང་རྒྱུད་ཆོར་བ་ཡིན། བརྒྱག་མེད་མེད་པའི་  
རྒྱལ་པོ་ལ། མེད་པ་ཡོད་པར་བྱེད་པ་དེ། ཁད་དཀར་སྒྲུལ་བུ་ཆོས་ཆེ་ཡིན།  
འདི་རྣམས་གང་ལ་གང་བབས་པ། རེ་འདྲའི་བརྟན་པ་ཟེན་པ་ཡིན། རྒྱལ་  
ཆེན་རྣམ་གསུམ་ཟེར་བ་ནི། འབྲེལ་པའི་རྒྱལ་པོ་དིང་དིང་ཡིན། ཡར་བའི་  
རྒྱལ་པོ་བྱེད་ཐུར་ཡིན། བཏགས་པའི་རྒྱལ་པོ་དཔྱད་གཤམ་ཡིན། ཡང་གཅིག་  
བདུད་ཆད་མདུད་པ་བརྟན། རོ་ལྷ་མི་ཡི་སྤྱེ་འཕེལ་ལ། ཐག་ཤས་གསུར་  
སྟོར་བྱས་བ་ནི། ལག་བཤལ་སྒྱུན་གསུམ་དག་ལ་ཟེར། སྤྱད་དུ་ལྷ་ཁམས་  
དངས་མའི་ལན། སྒྲིན་པོ་མི་ཉི་འདི་གསུམ་ངན། འདོགས་རིགས་མི་ཡི་སྤྱེ་




འཕེལ་ལ། །བདུད་ཤན་པ་སྒྲར་ཐོགས་ཆས་པ་ནི། །ན་འབན་རྩྱང་རྩྱང་ཉི་མ་  
 བྲག་མི་བརྒྱ་ཤི་ཞིང་ཕྱགས་བརྒྱ་བརྒྱག་རྩྱང་མ་ཟེ་འདོགས་རིགས་ཀྱན་གྱི་  
 བདུད། །སྒྲོ་མགོ་མི་དར་རྟ་དར་ལ། །བཅན་གྱི་ཤོད་མ་བྱུང་བ་ནི། །སྒྲོ་མ་ཟེ་  
 བདུད་པོ་ཅག་ཅིག་ཡིན། །སྒྲོ་རིགས་ཀྱན་གྱི་བདུད་གཅོད་ཡིན། །ཡང་མོ་  
 བན་ནམས་གྱི་ཁ་འཛིན་བཤད། །མོ་ལོག་པ་ཁོལ་དུ་འཛུང་མི་དང་། །ལྟ་ལོག་  
 ལམ་དུ་བསྐྱང་མི་དེ། །སྒྲུང་དཀར་ཀྱ་ཡེ་བྱིལ་ཆང་ཡིན། །སྒྲོན་མི་དབུ་བག་  
 རྩེ་ལྟ་དང་། །བདུད་མེའི་ཁྲག་མཚོ་སྐམ་མི་དེ། །ཁྱེ་བ་བག་སྐྱམ་བུ་བརྒྱག་  
 ཡིན། །བཅན་ཁ་རི་ལ་བསྐྱར་མི་དང་། །བཅན་ལོག་གཡང་ལ་བསྐྱར་མི་དེ། །  
 དིང་དིང་ཕྱགས་ཁྲ་སྒྲོན་པོ་ཡིན། །འདི་གསུམ་ལོག་པའི་རྩེ་ལྟ་ཡིན། །རེད་ལ་  
 མ་ཅི་བཏང་མི་དེ། །མ་སྐྱམ་བུ་བརྒྱག་ཁྲམ་དུང་ཆེན་ཡིན། །འདི་བརྒྱག་ཁ་  
 རེད་པའི་མ་ཅི་ཡིན། །མ་སྒྲོམ་རའི་མགོ་ཡི་ལྟ་ཆབ་ཡིན། །སྒྲོན་ཁ་མེའི་གཡུ་  
 སུད་བཏགས་མི་ཡིན། །སྒྲོན་པའི་ཤི་གཞུག་གཅོད་མི་དེ། །ད་རོག་རྟག་གཞོང་  
 ཁྲམོ་བརྒྱག་འདི་རྒྱ་ཡི་ར་མཁར་བཤིག་མི་ཡིན། །རྩྱང་གྱི་རྟ་མཁར་བཤིག་  
 མི་ཡིན། །གྱི་པོའི་མཚོན་ཆ་འཕྲོག་མི་ཡིན། །རེད་ལ་མ་ཅི་གཏོང་མི་ཡིན། །  
 རྩན་སྒྲར་མ་དབའ་རུ་འཛུང་མི་ཡིན། །དག་དབའ་པོ་སྒྲར་རུ་འཛུང་མི་ཡིན། །  
 དུན་གཡུང་དུང་ཐེ་སྐྱམ་བུ་བརྒྱག་ན། །དག་གསལ་ལྟུང་གྱི་རྩྱང་བུ་འདི་དབྱུང་  
 ཡིན། །འདི་གསུམ་རེད་པའི་ཁ་འཛིན་ཡིན། །དམུ་དབའ་གཡུང་དུང་ལི་ཡན་  
 འདི། །ནམ་མཁའ་བཀྲ་ཤིས་འོད་གྱི་སྒྲ། །དམེ་ཕྱག་ནལ་གསུམ་གཅོད་བྱེད་

ཡིན། །ལི་ཡན་གྱིང་ཐར་བྱེད་མི་ཡིན། །འགམ་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱད་མི་ཡིན། །  
འགམ་པའི་ཤི་གཞུག་གཅོད་མི་ཡིན། །ལི་ཡན་སྤྱབ་རྒྱུག་སེར་པོ་ཐོག་རྒྱུག་  
འདི། །ཤི་གཞུག་གཅོད་པའི་མོ་མདུད་ཡིན། །འདིས་སོ་ཡོན་སྤྱན་པའི་མདུན་  
ཁར་བཤིག་ །ཁྱིང་ཁམས་སྤྱི་ཡི་བདུད་སྒོ་གཅོད། །སེ་སྒོད་ཁག་གི་མཆོ་མོ་  
སྒྲེམ། །འཐོར་འགམ་ཤི་གཞུག་གཅོད་མི་ཡིན། །དིང་དིང་ལྷགས་ཁ་སྒྲོན་པོ་  
དེ། །འོག་རེད་འགམ་གསུམ་སྤྱད་མི་ཡིན། །འོ་གསུམ་བར་དུ་ཤི་གཞུག་  
ཆོད། །འདིས་སུ་སྒོད་བདུད་གཡག་ར་ཅེ་བཅད། །མ་ཟེ་བཅན་ཁ་བྲག་ལ་  
བརྒྱབ། །ན་འབན་རོང་ཆུ་འབྱུགས་སུ་བཅུད། །འདི་གསུམ་འགམ་པའི་རྩི་ཁྱུ་  
ཡིན། །མོ་སྤྱག་པ་སྤྱིས་སམ་དབྱིས་སམ་ནི། །ལ་ལར་གཡེན་ཁམས་ཟེར་བ་  
དེ། །གར་བབས་ལོ་མལ་ས་མལ་སྤྱག་ །དེ་ཡི་གཉན་པོ་དིང་དིང་ཡིན། །  
འདི་སྤྱན་པར་ཟེར་མདའ་འཕེན་མི་ཡིན། །སྤྱག་པ་ཁོ་ལ་དུ་སྤྱན་མི་ཡིན། །  
རལ་བ་ལོ་བདུད་ལ་སོགས་སམ། །དམ་བྲག་བྱ་རལ་སོགས་བབས་ཡིན། །  
རལ་བ་སྤྱབ་དུ་བཟོ་བ་ལ། །བཟོ་མི་བི་ཤ་ཀམ་དགོས། །དེ་ནི་དགོ་ཆང་ཁམོ་  
ཡིན། །སྤང་ཟེ་བཟོ་པའི་ཕྱི་བལྟ་དགོས། །མ་ཆོ་རྒྱུ་ཁབ་སྤྱན་མོ་དགོས། །ཁྱི་  
སྤར་བཟོ་གི་ཡུ་དཀར་དགོས། །དམ་ཐག་དུང་སྤྱད་དཀར་པོ་དགོས། །དེ་  
ནམས་རལ་བ་སྤྱབས་སུ་དུབ་མི་ཡིན། །མོ་འབྱུམས་སམ་འབྱུགས་པ་བྲག་  
རིགས་ཡིན། །འབྱུགས་པ་བསྐྱང་ལ་མགར་བ་དགོས། །ལུས་མགར་བ་ལ་  
མེད་ཡིན། །སྤྱིན་དིང་མགར་གྱི་འོག་རྩོ་ཡིན། །ཁྱིང་སྤར་མགར་བའི་ཐོ་བ་

ཡིན། །དེ་རྒྱམས་འཁྱོགས་པོ་བསྐང་མི་ཡིན། །ཡང་ནི་དམུ་ཐག་དྲང་གིང་  
 མོགས། །འཁྱོགས་རྒྱར་བསྐང་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། །དེ་རྒྱམས་ཐུག་རལ་  
 འཁྱོགས་གསུམ་རྩིའུ་ཡིན། །ཞལ་བྱ་བར་སྒོ་བ་དང་། །ཡང་ནི་སྒོ་བརྒྱག་  
 རིགས་རྒྱམས་ཡིན། །ཞལ་འཐིང་ཁྱེར་བྱེད་མི་དེ། །ཁྱི་བུར་དབུ་མ་སྟག་ཅེ་  
 ཡིན། །འདི་རྒྱང་གཉིས་ས་ལ་བཙུགས་མི་ཡིན། །ཤ་ལྷག་མེན་བྱ་བཅད་མི་  
 ཡིན། །ཞལ་རིང་བའི་མོ་མདུད་ཡིན། །ཡོང་བ་བྱ་བ་སོ་རིགས་ཡིན། །ཡོང་  
 བའི་སྒྱུན་ཅ་འབྱེད་མི་དེ། །བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་དཀར་མོ་ཡིན། །འདི་མེ་དུག་བས་  
 གྱང་འོད་རིགས་ལ། །མཐོང་བ་སྒྱུན་གྱི་དག་བྲལ་ཡིན། །མོ་དྲངས་མ་རྒྱམས་གྱི་  
 །ཁ་འཛིན་ཡིན། །བརྒྱག་ཁ་རྒྱམས་གྱི་ཁ་འོད་ཡིན། །ཁྱིང་ཁམས་རྒྱམས་གྱི་  
 །གསེར་ཅེ་ཡིན། །སང་ཁམས་རྒྱམས་གྱི་ཁ་གཏོན་ཡིན། །འདོགས་ཁམས་  
 རྒྱམས་གྱི་ཅེ་འཛིན་ཡིན། །སངས་རིགས་རྒྱམས་གྱི་སྒྱུན་རྒྱུ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་  
 རྒྱམས་གྱི་རི་བོ་ཡིན། །སོ་ལན་སྟོད་དུ་འདི་བབས་ན། །ཤར་མ་རྒྱལ་སྒོམ་རའི་  
 །གཡས་ཟུར་ནས། །བྱ་རིག་བ་ཅན་གྱི་ལམ་རྟེན་ཡིན། །དག་གཞི་དཀོར་གསུམ་  
 །ཀུན་ལ་བཟང་། །ཁྱིང་རིགས་བབས་ན་ལྷག་བ་ཡིན། །ལྷག་བའི་ལྷག་ཁ་ཁྱེ་  
 མི་དེ། །ཨ་ཁད་བྱ་བརྒྱག་ཅེ་ན་ཡིན། །གཏམ་རྒྱུད་རྒྱལ་ཁ་འདི་ལ་ཟེར། །  
 །སྒོམ་པོ་མ་སྤང་ཡེ་ཟེ་ཡིན། །དེ་ལྷར་ཞལ་འོད་ལྷག་གསུམ་རྩིའུ་བཤད། །མོ་  
 །ལད་བ་དགུ་ཡི་སྒྱུན་བ་དེ། །བྱ་ཤང་ཤང་རྟོད་པོ་ཡ་མེད་ཡིན། །དེ་རྒྱང་སྤར་  
 དུང་རྟོད་དཀར་པོ་ཡིན། །སྒོན་ཡེ་འོམ་གཉིས་གྱི་ས་མཚམས་སུ། །ཡེ་ཡི་དྲུང་

ལྷུང་དཀར་པོ་ནི། །སྤྲུལ་མཉམ་གྲག་མོ་མཁལ་དཀར་ཡིན། །ངམ་གྱི་སོལ་  
 ལྷུང་པོ་ནི། །སྤྲུལ་བྲག་རུ་སོད་ཡིན་པ་སྟེ། །དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེབས་  
 པ་ལ། །རྩུ་འབྲུལ་སྒྲོ་དགེག་ཏུ་སྟི། །སྒྲོ་དོལ་པའི་ནང་ཤེད་ནས། །བྱ་  
 ཤང་ཤང་རུ་ཚོ་ཅན་རུ་སྟི། །དེ་རྒྱང་སྤར་རུ་སྟོད་དཀར་པོ་ཡིན། །འདི་ལ་  
 འདོགས་གཅིག་ཡོད་པ་དེ། །ལ་རུང་ལྷུང་ཡིན་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། །ལྷུ་  
 གྲུ་གཉིས་སྤྱལ་ར་བ་དེ། །མ་སོལ་ལྷ་ཡིན་པའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན། །གཡས་  
 ལ་བརྒྱག་གཅིག་ཡོད་པ་དེ། །ཤང་ཤང་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་རྟགས། །འདི་  
 ལ་རྒྱང་སྤར་ཟེར་པའི་གཏན་ཚིགས་ནི། །བྱ་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་བྱ་ཡིན་རྟགས། །  
 རུང་ཞེས་བྱ་བ་རུང་སྤར་ལས་སྤྱེས་རྟགས། །སེང་ཞེས་སེང་གའི་རྩལ་དང་  
 ལྷན། །གཡས་བརྒྱག་སེང་གའི་གཡུ་རལ་འདྲ། །མགོ་ལ་རུ་ཚོ་སྤྱེས་པ་ན། །  
 ལ་རུང་ལྷུང་ཡིན་པའི་རྟགས་སྤྱེས། །ལུས་ལ་སྤྱུ་རིས་ཡོད་པ་ནི། །མ་དེ་  
 སོལ་ལྷ་ཡིན་པའི་རྟགས། །འདབ་ཆགས་བྱ་ཡི་གཤོག་པ་ཅན། །གཅན་གཟན་  
 དར་མའི་མཆེ་སྟེར་ཅན། །སེང་གའི་དཀར་མོའི་རལ་པ་ཅན། །བྱ་རྒྱལ་ལྷུང་གི་  
 རུ་ཚོ་ཅན། །གནས་ནི་ཉི་མེ་གངས་ལ་གནས། །རྒྱག་ནི་བར་སྤྲང་ཁམས་སྤྱུ་  
 རྒྱག་ །བཅུ་གཅིག་སྟེང་རུ་འདི་བབས་ནས། །བཅུ་ཡི་རྩང་ཟེ་སྒྲོ་བརྒྱག་དང་།  
 བཅུ་གསུམ་དྲིང་དྲིང་བརྒྱག་ཅན་ན། །ལྷ་པོ་རྒྱག་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བྱ་ཤང་  
 སེང་གའི་འདྲ་བ་དེ། །བར་སྤྲང་ཁམས་སྤྱུ་རྒྱག་པ་ཡིན། །གཡུ་འབྲུག་སྟོན་པོ་  
 གཟན་རུ་བ། །ལྷོ་སྤྱིན་ལྷུག་མོ་གོས་སྤྱུ་ལྷོན། །དག་མགོ་དམར་ཅན་གྱི་གོང་

པ་ལ། །ཟུན་གྱི་རྒྱལ་པས་གཏོར་བ་ཡིན། །ཟུན་རྒྱལ་དཀར་ཅན་གྱི་དཔའ་  
 ལས་བྱེད། །ནད་མོར་རོ་འཛིན་དཔུང་བ་བརྩམས་ཏེ་དན། །ལའང་ཤང་ཤང་  
 བློ་པོ་ཟེར་ན་ཡང་། །བྱ་ཤང་ཤང་མ་ཡིན་བྱང་བྱ་ཡིན། །ཁན་པོ་མ་ཡིན་  
 བློ་པོ་ཡིན། །མིང་ནི་བྱང་བྱ་བློ་པོ་ཟེར། །གར་བབས་རྒྱལ་ཁ་ཡོད་པ་  
 ཡིན། །ལད་པ་ཀླུ་གྱི་རྩི་ལྷ་ཡིན། །བྱོད་ལུང་སྒྱུ་དང་སང་གྱི་ནི། །བརྒྱལ་  
 ཁ་དང་པོ་གསུམ་པོ་ལ། །གཡུང་དྲུང་འོད་དཀར་སྒྱུ་གསུམ་མམ། །ཡང་ན་  
 དཀར་ཐོག་སྒྱུ་གསུམ་ཟེར། །དཀར་ཐོག་སྒྱུ་གསུམ་དག་དང་ནི། །དག་  
 རྒྱ་སྒྱུ་གསུམ་འདི་དང་ན། །དྲུང་ཁྱུང་སྒྱུ་གསུམ་གར་བབས་པར། །འབྲུག་  
 པའི་རྒྱལ་ཁ་དེ་ན་ཡོད། །སང་གྱི་ཆེ་གསུམ་ཏོར་དུག་དེ། །དག་རྒྱ་ཆེ་བ་དོམ་  
 མགོ་སྤང་སྒྲིང་ཡིན། །འབྲིང་བ་དཔའ་བརྟན་ལྷོག་མེད་ནི། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་  
 དཀར་པོ་ཡིན། །རྒྱུང་བ་རྩོད་གཏོར་འབྱེན་ནི། །སྒྲོ་ཡི་མ་ཟེ་ཨོག་དམར་  
 ཡིན། །སང་གསུམ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུང་གསུམ་ལ། །དྲུང་ཁྱུང་སྒྱུ་གསུམ་ཞེས་སྒྲ་  
 གསལ། །ཡང་བྱོད་ལུང་ལ་སོགས་གསུམ་པོ་དེ། །གཉིས་པའི་བརྒྱལ་ཁ་  
 གསུམ་པོ་ལ། །གཡུང་དྲུང་འོད་དམར་སྒྱུ་གསུམ་ཟེར། །དམར་ཐོག་ལ་སྤྱིད་  
 གྱི་མཚོ་མོ་ཡོད། །དེ་འོག་གསུམ་པ་བརྒྱལ་གསུམ་ལ། །སྒྱལ་ཐོག་སེ་སྤྱོད་  
 སྒྱུ་གསུམ་ཟེར། །སྒྱལ་ཐོག་ལ་གཡང་གི་མཚོ་མོ་ཡོད། །དེ་འོག་བཞི་པ་  
 བརྒྱལ་བ་ན། །སང་སྒྱུ་གཉིས་ལ་སྒྲོ་བརྒྱལ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་གཡལ་རོ་  
 སྒྱུ་གསུམ་ཟེར། །དྲུང་འགྲོ་སེམས་ཅན་རོ་སྒྱུར་ཡིན། །སྒྲོ་ཡི་བྱོད་དང་ལུང་

ཁད་རྩོད། །མ་ཟེར་དང་གསུམ་པོ་ལ། རྩོད་གི་རྩལ་མོད་སྤྱན་གསུམ་ཟེར།  
བཞེས་ཏུ་རྩོད་ཀྱི་གི་གསུམ་ཡིན། །གནས་མལ་གི་ཆད་འཕྱར་གསུམ་ཡིན།  
རུ་སྤོང་མ་ཟེན་འབན་གསུམ། །སྒོ་བུར་ཡེ་འདྲོགས་སྤྱན་གསུམ་ཡིན། །ཁྱོད་  
ལུང་དཀར་ཐོག་དམར་ཐོག་སྤྱག་ཐོག་གསུམ། །ཁྱེར་མ་སྤྱན་གསུམ་ཞེས་  
ཀུང་བྱ། །གར་བབས་རྒྱལ་ཁ་འོང་བ་ཡིན། །བྲག་གི་ཅ་བ་རྣམ་བཤགསུམ། །  
 སྤྱིར་ནག་ལུང་མ་མགོ་བརྒྱུ་མམ། །ཐང་བུ་སྤྱིར་འདུས་བྲག་དང་  
ནི། ། སྤྱི་བར་ནག་པོ་མཛོད་བྲག། །འདི་གཉིས་ཉིན་སྤྱི་རུ་རིང་དང་།  
སྤྱི་བ་གྱི་ནག་པོ་ཁྱེད་ལོར་གཉིས། །མ་ལ་བཅས་པའི་ཉིན་པར་ནས། །མ་ཐུག་  
མ་ཐུག་ཉིན་གཅིག་ཐུག། ཉིན་གཅིག་ཐུག་པའི་ཉིན་པར་ལ། །སྤྱི་རྩོད་རྩོད་  
བྱས་པས་རུ་ཅོ་ཆགས། །ཁྱི་རྩོད་ཁྱིར་བཞུས་བྱས་པས་འཆི་འདྲེ་བྱུང་། །བྲག་  
ནག་གི་རུ་འཛིངས་པའི་གཏན་ཆོགས་ཡིན། ། མ་ནི་ལུང་བར་རུ་  
བྲག་ཡིན། །སྤྱིར་ནག་མ་རུ་ལག་བཤལ་ཐུག། །ལུང་མ་རུ་རྩོད་སྤྱི་ཡིན། །  
འདི་གསུམ་གར་བབས་རྩོད་པ་ཡིན། །ལྷག་པར་ཆོད་པའི་མོ་ལ་ངན། །  
གཏོ་ལ་གི་རུ་བྲག་བཏབ་པོར། །མཁན་བྱ་བཅུ་གསུམ་རི་རྩེར་བསྐྱལ། །ག་  
རིང་རྩོད་ཉིག་རྩོད་ལུང་ཁད། །རྩོད་གི་མ་ཟེ་འདི་གསུམ་པོ། །རྩོད་རྩལ་མོད་  
འདྲ་བ་སྤྱན་གསུམ་ཡིན། །བཞེས་གསུམ་རུ་བབས་པ་ན། །ཡེ་སྤྱིར་འབུལ་  
གྱི་བདེ་ཀར་ལ། །རྩོད་ཀྱི་གི་གསུམ་བྱུང་བ་ཡིན། །བཅུ་དང་བཅུ་གསུམ་བབས་  
པ་ན། །མི་གི་མགོ་ནས་གི་བ་ཡིན། །ཤིང་ཆག་རྩོད་ནས་ཆག་པ་ཡིན། །





ཡི་སྟོགས་མ་རྣམ་གསུམ་ཡིན། སྟོགས་མ་གཉིས་ལ་བབས་པ་དང་། དྲངས་  
 མ་བརྩུ་ལ་བབས་པ་ན། གནམ་ས་ཁ་ཞབས་མ་ལོག་བཟང་། བརྩོག་ན་  
 གནམ་ས་ལོག་སྟེང་ན། ད་གནས་དང་སྐྱར་ཏེ་དབྱེད་པ་ནི། གཅིག་གཞི་  
 འཛིན་ཆང་དབ་བབས་ཀྱི་དང་པོ་ལ། སྐྱམ་དྲངས་མ་དང་ནི་བྱ་བྱར་ལ། ཁྱ་  
 བཟུང་འཛོར་ཐོག་ཟེར་བ་ཡིན། ཁམ་དིང་ཐང་ལེ་ཤོར་བྱར་གསུམ། དུ་རུ་  
 བེར་ག་སྐྱོན་གསུམ་ཡིན། འདི་རྣམས་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་དང་། རྒྱུ་ལོ་ཡན་  
 བབས་པ་ན། གཞི་མཐའ་ནས་གཡོས་ཤིང་སྟོང་བ་ཡིན། དེ་མི་གཡོ་བ་ཡི་  
 རྫིའུ་བརྩ། ཆངས་པ་ལྟ་ཡི་པ་ས་ནི། སང་གི་མུ་ལེ་ཟུར་གསུམ་དེ། རོན་ལ་  
 གཡུང་དུང་བྱ་རལ་ཡིན། མ་དྲོས་སྐྱུ་ཡི་མ་ལས་དེ། ད་རོག་གསེར་གཞོང་  
 སེར་མོ་ཡིན། ས་བདག་རྒྱལ་པོའི་གདན་ས་དེ། སྐྱེར་གྱི་མི་རྒྱུང་དཀར་མོ་  
 ཡིན། ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་འགོ་ས་དེ། རིང་དིང་ཁ་ལེ་གཡས་བརྒྱག་ཡིན།  
 སྐྱོན་བའི་ལྟ་ས་གོང་མ་དེ། རིང་དིང་ཁི་འོད་དཀར་མོ་ཡིན། གཡུང་དུང་  
 འཕེལ་ས་དཀར་པོ་དེ། ཀྱུ་ཆང་དུང་ལ་གཡུ་མཛོད་ཡིན། རིན་ཆེན་གསེར་  
 གྱི་ས་གཞི་དེ། སྐྱོན་དིང་གཡུ་ཡི་གྱར་ཆེན་ཡིན། ཆགས་པ་ས་ཡི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་དེ། སྐྱོན་དིང་འཕེན་རྩ་དཀར་པོ་ཡིན། ཚི་ཐོག་སྐྱོན་གྱི་སྐྱེ་ས་དེ།  
 སང་གི་ཁབ་དཀར་པོ་ཡིན། འབྲས་དུག་ནས་ཀྱི་སྐྱེ་ས་དེ། དཀར་ཐོག་གཡུང་  
 དུང་ཆེན་མོ་ཡིན། འདི་རྣམས་ཆང་དབ་སྟེང་དུ་བཟང་། བབས་ན་གཞི་ཡི་  
 རྫིའུ་ཡིན། གཉིས་སྟོ་ཐེམ་བྲན་དང་སྟོ་ཁྱིའི་ས། ཤར་གྱི་ཟམ་སོ་རྟོག་ལམ་

ན། རྒྱུ་བྱ་བ་དུད་ཀྱི་ཆོར་མུང་ངན། གཤམ་བར་ཐོད་དཀར་དེ་དང་གཅིག།  
 ཤ་རང་མཁལ་མ་སྒོ་བརྒྱག་གཉིས། རྒྱུན་དིང་གཡུ་ཐོག་གསུམ་བབས་ན།  
 ལའོར་ལོག་སྒྲུན་གསུམ་ཟེར་བ་ཡིན། བྲན་ངོ་ལོག་རྩེ་ལ་བསྡོ་བ་ཡིན།  
 གཞན་ལ་མི་གནོད་སྐབས་ཀྱང་ཡོད། རོ་མདུང་ཐད་ནས་ལང་བ་དེ། ཅེ་ར་  
 དབང་ཐོག་བབས་ན་ཡིན། དེ་མི་ལང་བ་ཡི་རྩེ་ལུག་སུམ། བྱ་རལ་མནའ་ཡི་  
 ར་བ་ཡིན། བུང་བར་མའོན་གྱི་ཆག་འཕྲོ་ཡིན། རྒྱ་སྤར་བྱད་ཀྱི་སྒྲིབ་གིང་  
 ཡིན། དེ་གསུམ་རོ་མདུང་མནན་མི་ཡིན། གསུམ་རྒྱུང་གསུམ་རོ་དགའ་རོ་  
 མོའི་གནས། རྒྱལ་བུ་མཐིང་གི་བཤོག་ལ། རྒྱ་སྤར་རོ་བསྐྱེག་དོད་མར་ངན།  
 ཁྲིལ་ཐག་རོ་གནོད་རིགས་ཀྱན་ངན། ཨ་ཁད་ངན་པའི་རིགས་བབས་ན།  
 བཤོག་མེ་ཡིས་ཆོག་བ་ཡིན། དེ་མི་འཆོག་བ་ཡི་རྩེ་ལུ་བཅུ། བྱང་བ་རོག་  
 ཐོའི་ཁོང་ཁྲག་དེ། རྒྱུམ་གྱི་ནག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་ཡིན། རྒྱ་ལུམ་རྒྱལ་མོའི་  
 མངལ་ཁྲག་དེ། རྩོ་སྟོད་ལ་སེ་དཀར་མོ་ཡིན། རྩེད་མོང་ཁམས་པའི་སོ་ཁྲག་  
 དེ། རྩོང་སྒུམ་མཉམ་སྒྲག་མོ་མཁལ་དཀར་ཡིན། རྒྱན་གཡུ་མོའི་མཁྲིས་  
 ཁྲག་དེ། རྩུ་ས་གཤམ་རྩ་ཡིན་པར་འདོད། རྩུང་ཉ་དཀར་མོའི་སྒྲུད་ཁྲག་དེ།  
 རྒྱུར་སྒྲུད་བུ་ལ་བརྒྱག་སོང་ཡིན། ཁྲ་ཡེ་ཅེ་སྟོན་མོའི་སྟིང་ཁྲག་དེ། ཡང་  
 དག་ནག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་ཡིན། རེ་འབྲམས་རྒྱལ་མོའི་ཁོང་ཁྲག་དེ། རྩེལ་  
 སྒྲག་དམར་མོ་གསེར་མིག་ཡིན། རུག་རྩ་ཁ་ཡི་མེ་ཉོག་དེ། སོ་ཡོན་ལིང་  
 ཀྱན་དཀར་མོ་ཡིན། བ་བརྩུན་བཞོས་པའི་འོ་མ་དེ། རྒྱུམ་གྱི་རང་རྒྱུད་དཀར་

མོ་ཡིན། །གཡུ་འབུག་སྒོན་མོའི་ཁ་ཚུ་དེ། །སྒྲུམ་གྱི་དྲངས་མ་གཡུ་སྒོན་ཡིན། །  
དེ་གང་རུང་རེ་རེ་བབས་པ་ན། །ཚུང་གསུམ་འཕེལ་ཁིང་ངོ་སོ་མཐོ། །བཞི་  
གོག་ས་མི་འགྱུར་རྒྱུ་མཆོའི་དབུས། །རིན་ཆེན་གྲུ་ཡི་བང་མཛོད་ལ། །སྒྲུམ་  
སྒྱུར་བ་དམར་སྒོ་འགྲོགས་ངན། །ཅེ་ར་མགོ་བདུམ་འདི་དང་གཅིག་ །ཕ་ཆོ་  
ཐུར་བཟུང་བྲག་དང་གཉིས། །སྒོ་བར་རྟིང་བཤལ་འདི་དང་གསུམ། །ལྷ་བ་  
ཤལ་སྒྲུན་གསུམ་འབབས་མི་རུང་། །ཡི་ཡན་སྡེ་བརྒྱད་བབས་པ་ན། །གཡང་  
མཛོད་སྟོང་ཁིང་རུམ་སྒྲུམ། །དེ་མི་སྒྲུམ་པ་ཡི་རྩི་བཅུ། །ཆངས་པ་ལྷ་ཡི་དགོར་  
ནོར་ནི། །དིང་དིང་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་དང་། །མ་དྲོས་གྲུ་ཡི་ནང་ནོར་ནི། །ཕ་རི་  
དོག་ཆང་ཁ་མོ་དང་། །ས་བདག་རྒྱལ་པོའི་སྒྲིང་ནོར་ནི། །བྱ་རལ་གསེར་ཁ་  
ཆེན་པོ་དང་། །ཐེུ་རང་འབྲུལ་གྱི་ནོར་བུ་ནི། །ལྷི་བུར་ཁ་གསོག་ཁྱུང་གསོག་  
དང་། །སྒྱུ་ནོར་ཆོས་གྱི་པོ་ཉི་ནི། །སྒྱུན་དིང་ཉ་མིག་ཅག་ཅིག་དང་། །དགོས་  
འདོད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དེ། །ཡོད་གྱི་ཁ་ལང་གསེར་ཐིག་ཡིན། །གསེར་གྱི་  
དོ་རྩེ་རང་གྲུབ་དེ། །བག་བྱ་ལུན་གསེར་ཐིག་ཆེན་པོ་ཡིན། །སྤྲེལ་འཕགས་  
པའི་ནོར་བདུན་དེ། །འབྲུག་གོར་བུ་ཐམས་ཅད་ཡིན། །གཞོད་སྒྱུན་ནོར་  
གྱི་བང་མཛོད་དེ། །དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་སྒྲུན་གསུམ་ཡིན། །གཉན་ཁམས་  
སྒྱུ་ཡི་ཕ་ནོར་དེ། །དེོག་གསེར་གཞོང་ཆེན་པོ་ཡིན། །འདི་རྣམས་བཞི་ལ་  
བབས་པ་ན། །བང་མཛོད་མི་སྟོང་ལྷག་ར་འཕེལ། །ལྷ་འདྲེ་གདོན་དག་ཡི་ས་  
མལ་དེ། །ལྷོ་ལྷོགས་འཛང་གི་ཟམ་སོ་ལ། །མགལ་བུ་སྒྲན་ག་བབས་ན་ངན། །

དེ་ནི་མུ་ས་ཤོར་ཁུང་ཡིན། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་འདི་དང་གཅིག་ །དེའུ་སོད་རུ་ས་  
 ཅེ་འདི་དང་གཉིས། །གལ་པར་ཐོད་དཀར་དེ་དང་གསུམ། །གངས་དཀར་  
 གཤུང་རྩང་ལྷི་བུར་བཞི། །ཁ་ལང་གསེར་ཐིག་ཆེན་པོ་ལྷ། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་འདི་  
 དང་རྩལ། །མི་སྟོད་དར་མ་སྒྲུན་རྩལ་ཡིན། །ལྷ་ལ་བབས་ན་དག་འོ་འཁྱར་  
 མེད་ཡིན། །ལྷ་ལ་བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་ན། །རྒྱན་བུས་ཞག་མིག་བཅས་པ་  
 ཡིན། །དེ་མི་བཅའ་བཡི་རྡིའུ་ལ། །རྒྱུ་སེན་ལ་གྱི་ཤ་མ་དང་། །སེ་སྟོད་དམེ་  
 ཡི་ཁ་རྒྱངས་དང་། །བག་ལེ་མུག་གི་རུས་པ་གསུམ། །ལྷ་ལ་བབས་པར་གྱུར་  
 པ་ན། །རྒྱན་ཞག་མིག་མི་བཅའ་རྡིའུ་ཡིན། །རྩལ་འདི་མོ་བཅུ་རྒྱན་བཟང་  
 བ། །ཡལ་ལྷ་བདལ་རྩལ་བ་ཁོག་ཡིན། །རྒྱུར་གསུམ་རྒྱུ་རྒྱན་གང་བབས་  
 གྱང་། །ཁྱིམ་ཁུང་རེ་ལོག་ཡིན་པས་ངན། །ཁུང་ཁད་ཁུང་བྱལ་མ་རྒྱུ་གསུམ། །  
 བུར་བརྩུང་རྒྱན་གསུམ་འབབ་མི་རུང་། །རྒྱུ་གྱི་ངན་མེ་བཅུ་གཉིས་ན། །ཡལ་  
 ལྷ་བདལ་རྩལ་བ་ཁོག་ཞིག་ །དེ་མི་འཛིག་པ་ཡི་རྡིའུ་བཅུ། །མ་བུའི་རྒྱུ་གྱི་  
 རྒྱ་མདོངས་དེ། །བྱ་ཡུན་དེའུ་དཀར་ཆབ་མིག་ཡིན། །ནེ་ཅོའི་མགོ་ཡི་གཤུ་  
 འཕྱུ་དེ། །བག་ལྷི་རེ་སེ་གྱུ་ནེ་ཡིན། །ཁུ་བྱུག་ཞབས་གྱི་དབང་ལྷ་མ་དེ། །མུ་ས་  
 འོད་ལྷ་མ་དཀར་མོ་ཡིན། །བ་སེ་སྒྲུག་སྒྲུག་པོའི་བྱི་སྒྲེར་དེ། །རྒྱ་སྒྲར་འཕྱག་  
 ཐོག་ལྷི་བུར་ཡིན། །ངང་མ་སྟོད་གྱི་མཁལ་ཁེབ་དེ། །ས་ཆོ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་  
 ཡིན། །རྒྱ་བག་རྟོར་པའི་དང་རུ་དེ། །གངས་དཀར་ལྷི་བུར་དག་རྩ་བཤད། །  
 བྱ་པོ་མཆལ་ལུའི་ལྷེ་མ་རྒྱུང་དེ། །རྒྱུར་ལུན་མཆོང་སྟོང་སྒྲུག་པོ་ཡིན། །སོལ་

[illegible]

ཁ་ཟ་ཐུན་ལྷི་སོགས། ཟེར་དེ་གཤིན་རྗེ་མེ་རུ་ཆེ། ཁའོན་ས་དག་ཏུ་བབས་  
ན་ངན། ཆེ་ཟད་གསུམ་གྱིས་སྤྱད་འཇལ་དང་། ཆེ་རིང་གསུམ་གྱི་གཏོར་སྒྲུ་  
བཅུགས། དམ་ངམ་ལྷི་ཐུར་ལ་སོགས་གསུམ། རྒྱ་སྤྱར་དམ་གྱི་སྒྲུབ་གཅོད་  
ཟེར། ལྷི་སང་སྒྲུམ་གསུམ་རིམ་པ་བཞིན། ཁའོན་དང་བཅུ་གཅིག་བརྒྱད་ལ་  
ངན། འདི་གསུམ་གཤིན་རྗེ་ལ་བ་ཏི། གཏོ་ལ་གཤིན་རྗེ་དགུ་མདོས་བྱ། ཟེར་བསྒྲོག་དྲག་སྒྲགས་ཆེ་གཟུངས་འདོན། ཤིང་ཤག་ལྷི་ཐུར་ལ་སོགས་  
གསུམ། རྒྱ་སྤྱར་ལག་བཤལ་སྒྲུབ་གསུམ་ཡིན། གཤིན་རྗེ་གྱི་བདུད་བླ་དེ་  
ཡིན། གཏོ་ལ་མཐོ་གས་གསུམ་ཐོད་བ་བོར། ཁྲམ་ཁ་སྤྱོད་བསྒྲོག་ཁྲམ་  
རིས་ཕྱི། སང་རིགས་རྣམས་ནི་མི་ཆེན་ཡིན། ལན་དུ་ལྷི་ཐུར་རྣམས་ཀྱིས་  
འཇིག་ལྷི་ཐུར་རྣམས་ནི་སྒྲེས་དར་མ། ལན་དུ་སྒྲུམ་གྱིས་འཇིག་པ་ཡིན། རྒྱུ་  
རྣམས་བྱད་མེད་རིགས་ཡིན་ལ། ལན་དུ་དམ་བྲག་རྣམས་ཀྱིས་གཏོད། དེ་  
རྣམས་སྒྱི་ཡི་གཏོ་ལ་ནི། མི་མགོ་མི་ག་ཏ་ཤ་དང་། སྒྲེལ་སྤྱང་རྒྱ་སོགས་  
མཐོ་གས་གསུམ་གྱི་ཡས་དང་། སྒྲུ་ཐུའི་བོང་བྱ་དེལ་ལ་ཤིང་མི་བསྒྲོན། ལག་  
ཏུ་ཁྲམ་ཤིང་ཞགས་པ་གཏད། ཁོ་བདུད་གང་བབས་སྒྲོགས་སྒྲུ་བོར། གངས་  
ཡང་གང་བབས་གངས་དང་བསྒྲུན། སྒྲོགས་ནི་བཞི་མན་ཤར་ཡིན་ལ། དུག་  
བདུན་ལྷོ་དང་བརྒྱད་དགུ་ལུབ། ཁའོན་དང་བཅུ་གཅིག་བྱང་ཡིན་ནོ། བྱི་  
སར་བབས་ན་བཟང་བས་གཏོ་མི་དགོས། རྒྱ་སྤྱར་ཏྲོང་དང་འདྲེས་པ་ན། ཡས་  
རྣམས་སྒྲོད་སྒྲུགས་སྒྲག་པར་བྱེད། ཞལ་ཁད་འདྲེས་ན་མེ་ལ་བསྒྲེག །

སྒྱུ་མ་འདྲེས་གཟིངས་ནང་ཚུ་ལ་བསྒྱུར། །མ་ཟེ་འདྲེས་ན་ག་རུ་བཅས། །རྟེན་  
 ས་དག་རྩ་བ་ཐོག་པར་བྱ། །ན་འབན་འདྲེས་ན་ཐོག་གིང་དང་། །བཅས་ཏེ་  
 རྟེན་རྩ་བ་ཐོག་པར་བྱ། །སོ་ཡོན་འདྲེས་ན་ཐོག་གསོལ་བཅས། །རྟེན་རྩ་བ་  
 ཐོར་བར་བྱ། །བྲག་འདྲེས་ར་ཐོད་སྒྲག་ལ་འཕོར། །སད་འདྲེས་མར་མེ་མྱེ་  
 མར་བཅས། །སངས་འདྲེས་སྒྲུང་བྱ་དང་བཅས་པ། །གསས་མཁའ་དག་རྩ་  
 བསྒྱུལ་བས་ཐུབ། །རྟེན་འབྲེལ་རྩ་བ་བསམ་མི་བྱུང། །རྟེན་ངན་བསྐྱོག་  
 པའི་ཟབ་གཏོ་ཡིན། །དེ་ལྟར་བདུན་ལ་ཚུ་སྒྲར་ངན། །སྟོ་ཅ་མི་བཅད་རྩེ་  
 བཅུ། །མི་ཟན་སྒྲག་གཤོག་དམར་མོ་དེ། །དམུ་ཅ་མེད་ལི་ཤོད་མར་མོ་ཡིན། །  
 སྒྲག་ཟན་རྟེན་གཤོག་དཀར་མོ་དེ། །ཆོལ་ཆེ་རྟེན་གཤོག་དཀར་མོ་ཡིན། །  
 གཡག་ཟན་གཡུ་གཤོག་སྟོན་མོ་དེ། །སྒྱུ་མ་བྲག་སད་དཀར་ཆོལ་ཆེ་ཡིན། །  
 གཟིག་ཟན་མཆོང་གཤོག་སྒྲག་པོ་དེ། །དམུ་བྲག་སད་དཀར་ཆོལ་ཆེ་ཡིན། །  
 ལྷག་ཟན་གཟི་གཤོག་བྲམོ་དེ། །སད་དཀར་སྒྲམ་བྱ་ཆོལ་ཆེ་ཡིན། །ཤ་ཟན་  
 ཆོད་གཤོག་ཁམས་པ་དེ། །སྒྲ་བྲག་སད་དཀར་ཆོལ་ཆེ་ཡིན། །དིང་དིང་བྲ་  
 གཤོག་བྱུང་གཤོག་དང་། །གལ་བར་ཆོད་གཤོག་ལྷག་གཤོག་སྟེ། །ཟ་ཐང་  
 ཅན་གྱི་གསོལ་ངོ་འདི། །མི་ལ་སོགས་པ་ལོན་ངོ་ཡིན། །འདི་རྣམ་བདུན་ལ་  
 བབས་པ་ན། །སྒྱུ་མ་བྲའི་སྟོ་ཅ་མི་འཆད་རྩེ་ཡིན། །བརྒྱུད་ལྟ་སད་ཅིག་ཟུང་  
 དཔོན་ས། །སྟོན་པོ་འདུག་ས་དུལ་བྲི་ཡིན། །སྒྱུ་མ་ནག་སེ་སྟོད་བབས་ན་  
 ངན། །སྟོན་མོ་རུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །སྒྱུ་མ་ནན་སྒྱུ་མ་སྒྱུར་མར་ལྷིང་གསུམ། །



འཐམ་པོ་མགོ་འཁོར་སྒྲུབ་གསུམ་ངན། །སེ་སྟོད་ལྷ་གསུམ་བཙུ་ན། །ངན་  
བྱེད་མི་ལས་ལྷ་རབས་བསྐྱུས། །དེ་མི་བསྐྱུ་བ་ཡི་རྩི་ལ། །མཐོན་པོ་དགུང་  
གི་སྒྲོག་ཤིང་དགོས། །དེ་དྲིང་དྲིང་ཁང་མཉམ་ལག་མཉམ་ཡིན། །དོག་མོ་ས་  
ཡི་བགས་པ་དེ། །ཐང་ལེ་རུང་འོད་དཀར་པོ་ཡིན། །ལྷོ་སྒྲིན་ལྷག་མེའི་ཆོམ་  
ལུདེ། །ལི་ཡན་རྒྱུང་ཁྱི་གཤོག་ནག་ཡིན། །འཇའ་ཆོན་སྟོ་དམར་ཐག་པ་དེ། །  
མ་རི་དགོ་ཆང་བྲམ་ཡིན། །མེ་ཤེལ་ཉི་མའི་རལ་གྱི་དགོས། །དེ་ནི་བག་ཆེན་  
བྱ་ལུན་ཡིན། །རྩ་ཤེལ་རྩལ་བའི་རུང་མདུད་དེ། །བྱ་ལུར་འཁོར་བ་སྤྱིང་ཆེན་  
ཡིན། །རང་གྲུབ་སྐར་མའི་ཤེལ་མདའ་དེ། །ལྷ་ས་ཤེལ་རྒྱུད་དཀར་མོ་ཡིན། །  
དགུ་ཐིག་སྐྱུ་མེའི་གཞུ་རྒྱན་དགོས། །དེ་ནི་སང་གི་སུམ་མཉམ་ཡིན། །ཆད་  
མེད་རྒྱུང་གི་ཞགས་པ་དེ། །རང་སྒྲུབ་ལྷ་རྒྱུད་དཀར་པོ་ཡིན། །འཇིགས་མེད་  
གསེར་གྱི་སྒྲ་མཐར་དགོས། །དེ་ནི་ཡར་ལྷིང་སྒྱུར་བརྒྱག་ཡིན། །འདི་བཅུ་  
བརྒྱད་གྱི་སྟེང་དུ་གཅེས། །བབས་ན་ལྷ་རབ་སྒྲོན་རྒྱུད་དར། །དགུ་སྟོང་བཏབ་  
ན་རང་ས་དང་། །ཁྱི་རྩོ་བཏབ་ན་དག་ས་ཡིན། །ཁྱི་ནང་འདྲེས་པའི་ཟམ་སོ་  
སྟེ། །རུབ་ཕྱོགས་མོན་གྱི་ལ་སོ་ཡིན། །སང་ལ་མང་སྟོ་བརྒྱག་བབས་པ་ན། །  
ན་ར་ཁྱི་མཇུག་ཟེར་ཏེ་ངན། །ད་མོག་སྐྱུ་བྱིལ་ད་མོག་ཤིང་ཤག་དང་། །ཁྱིང་  
ནམ་འབྱུག་ཐོག་གསུམ་བབས་ན། །གྲོད་འཛོལ་སྒྲུབ་གསུམ་ཟེར་ཏེ་ངན། །  
ཐོ་བོས་དག་བྱེད་བོན་བོས་ངན་བྱེད་དོ། །རང་ཉི་འོད་གམ་ལུ་རྒྱ་ཆོས་ན། །  
གསལ་བའི་ཉི་མ་རུབ་པས་ངན། །དེ་མི་རུབ་པ་ཡི་རྩི་ལ། །སེ་སྟོད་གྲོད་གྱི་

རོ་ནག་དང་། ཞལ་ཁང་ཞེས་པ་ཐབས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཤིང་དང་། གསེར་བྱ་མ་བརྒྱག་  
 བྱ་གྱི་ཁ་རྒྱུངས་དེ། འདི་གསུམ་དགྲུ་ལ་བབས་པ་ན། རྩལ་གྱི་དགྲའི་གི་  
 རོ་ཆོད། བརྩམ་ཕྱི་གནམ་སྒྲན་གནམ་གྱི་གནས། ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོའི་བ་  
 ཁོག་ཡིན། མར་དིང་སྒོ་བརྒྱག་ནག་རྟ་ཁུ་ཡུར་ངན། བྱ་རལ་ལི་ཡན་སོ་  
 ཡོན་དེ། སྒོང་བ་སྒྲུན་གསུམ་བབ་མི་རུང་། བབས་ན་མ་བྱི་འགྲོད་དོ་ཡིན།  
 བྱ་རལ་ཆག་འཛིག་ངན་པ་བཅོ་བརྒྱད་ན། བཤོག་མེ་རྩ་རྒྱུང་གིས་གཏོར་།  
 དེ་མི་གཏོར་བ་ཡི་རྩེ་ལ། མི་གཡོ་ཡངས་པའི་སྒྲུ་མཁར་དེ། སྒྲེར་དཀར་  
 ལྟ་སྒྲུར་བ་མེན་བརྒྱག་ ཁེམས་སྒྲེ་འཆི་མེད་པའི་ལྷེ་མིག་དེ། སྐད་དཀར་  
 སྒྲུ་བ་ལྟོས་ཆོ་ཡིན། བོ་ཡེ་བྲལ་ཕག་མོ་སྤྱིང་ཆེན་དེ། གལ་བར་ཕུབ་མོ་  
 སྤྱིང་ཆེན་ཡིན། མཆོན་བསམ་ཆོད་རལ་གྱི་ཡུ་རིང་དགོས། ཇེ་ནི་ཅེ་ར་བང་  
 ཐོག་ཡིན། རྩས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རྩུན་གྲུབ་དགོས། ཇེ་ནི་བྱ་རལ་རིན་  
 ཆེན་ཡིན། རྟ་ཅང་ཤེས་སྒྲིན་གྱི་ཤུགས་ཅན་དགོས། སྒྲོ་ཆེ་བྱ་རལ་རྩི་སྒྲོད་  
 ཡིན། ལྷུ་མི་མགོན་དཀར་པོའི་ཕྱག་ཤིང་དགོས། ཇེ་ནི་ཐང་ལེ་དུང་འོད་  
 ཡིན། སྒྲོས་རྩི་དང་དཀར་ཕྱག་ལྷགས་དེ། སྒྲེར་དཀར་ཀྱུ་བྱི་དུང་འདབ་  
 ཡིན། དམུ་རྩི་བཅོན་པོའི་གསེར་ཁྲི་དགོས། ཇེ་ནི་ཡར་ལྷིང་སྒྲེར་བརྒྱག་  
 ཡིན། རྒྱལ་བུ་སྒྲིད་ཀྱི་སྒྲོན་མ་དགོས། ཇེ་ནི་ཕུང་ག་བརྒྱག་གསུམ་ཡིན།  
 འདི་རྣམས་བརྩལ་བབས་ན་གཅིས། མཐོན་མ་མཁའ་མི་འགྲུར་རྩི་ལེ་ཡིན།  
 བརྩལ་གཅིག་དགྲའི་གནས་མལ་ཡིན། རྒྱལ་པོ་བཞུགས་ས་གསེར་ཁྲི་ཡིན།

འདི་ལ་སོ་ཡོན་རྟིང་བཤལ་ན། །བདུད་གྱི་ལྷགས་རྩོམ་གཤོ་བོ་ངན། །སོ་ཡོན་  
 རྩི་ལུང་སྒྱུར་ཁ་ཅོ། །ཅེ་ར་ཡོར་པོ་མགོ་བདུམ་གསུམ། །མདའ་བཤལ་སྒྱུན་  
 གསུམ་འབབ་མི་རུང་། །བབས་ན་དག་སྒྲ་འགྱོད་པའི་ངོ། །རྩྱང་རིགས་དྲུག་  
 གསུམ་བཙུང་བརྒྱད་ན། །རྒྱལ་པོའི་གདན་ཁྱི་ཤོར་བ་ཡིན། །དེ་མི་འཆོར་བ་  
 ཡི་རྩི་ལུ་ལ། །འབྲུག་ཆེན་ངར་མའི་ཟེ་བ་ནི། །སང་ལྷང་ཟེ་ཁྱི་འོད་དཀར་མོ་  
 ཡིན། །ཁྱུང་ཆེན་གཙུག་གི་འོར་བུ་དགོས། །དེ་ནི་སྤུལ་སྤྱང་ཡེ་ཤམ་ཡིན། །  
 སེང་གའི་མགོ་ཡི་གཡུ་རལ་དགོས། །དེ་ནི་རྒྱང་སྤྱར་གཡུ་རལ་ཡིན། །གཙུག་  
 ཆེན་དོམ་གྱི་དབྱུང་ཟེ་དགོས། །དེ་ནི་རུ་སྤྱང་ཁ་ལེ་ཡིན། །སྤྱག་ཆེན་སྤྱང་གི་  
 ཆོད་ག་དགོས། །དེ་ནི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །ཉ་ཆེན་ཡོར་མའི་གཤོག་པ་དགོས། །  
 དེ་ནི་སྒྱུར་སྤྱང་ཉ་མོ་ཡིན། །སྤྱོབས་ཆེན་དུང་གི་ངར་སྤྱང་དགོས། །དེ་ནི་བྱ་  
 སུར་གསེར་ཐིག་ཡིན། །འབྲོང་ཆེན་ངར་མའི་རུ་སྤྱང་དགོས། །དེ་ནི་རུ་སྤྱང་  
 དཔལ་དར་ཡིན། །སྤྱང་ཆེན་ཤམ་པའི་ཨག་ཆོམ་དགོས། །དེ་སྤུལ་མཉམ་  
 སྤྱག་མོ་མཁལ་དཀར་ཡིན། །སྤྱང་ཆེན་ཁམས་པའི་སྤྱ་ལྷགས་དགོས། །དེ་ནི་  
 གལ་བར་ཐོད་དཀར་ཡིན། །འདི་བཅུ་པོ་བཅུ་གཅིག་སྤྱང་དུ་གཅེས། །བབས་  
 བ་དག་སྒྲའི་དར་མདུང་ཐུར། །བཅུ་གཉིས་ཟད་པ་མཐར་ཐུག་པ། །དག་ས་  
 མི་འགྱུར་སྤྱི་ལམ་ཡིན། །བྱང་ཨ་ལ་རྩོར་གྱི་ལ་སོ་ལ། །གལ་བར་སྒྲོ་བརྒྱག་  
 བབས་པ་ན། །ངམ་གྱི་ཤ་མཐའ་བྲག་དམར་ཡིན། །ཡག་ལོ་ཡོན་ན་ངན་པ་  
 ཡིན། །གཞན་མ་ཀུན་ལ་དེ་མི་གཞོད། །ཁས་དྲག་བརྒྱག་བཟང་འབབ་མི་

རུང་། བབས་ན་དག་དོ་མྱི་ལམ་ཆད། ཁྲོག་དམར་ལྷི་བུར་བབས་པ་ན། །  
 དག་ངར་ཆེན་གལ་ནས་ལྷང་བཡིན། དག་ངར་མ་མི་ལྷང་རྗེའུ་ལ། ཁྲོ་བར་  
 ཞལ་རྒྱུ་མེད་དགོས། ཁོ་ཡོན་ལོང་བ་མིག་མེད་དགོས། ཁྲོང་ཁད་ལྷག་པ་  
 ལྷེ་མེད་དགོས། འདི་གསུམ་བརྩ་གཉིས་སྟེང་དུ་བབས། དག་དོ་དག་མི་  
 ལྷང་རྗེའུ་ཡིན། བརྩ་གསུམ་དབག་བསམ་ཅེ་མོ་ཡིན། མོ་རྣམས་ཀུན་གྱི་ཅེ་  
 འཛིན་ཡིན། ཁོ་ཡོན་བབས་ན་མདུན་ཁུར་ཡིན། སུང་ཁད་བབས་ན་གཏམ་  
 བན་ཡིན། ཁུད་པར་ན་འབན་བབས་པ་ན། དབག་བསམ་ཅེ་མོ་ཐོག་གིས་  
 བཅད། དེ་མི་བཅད་པ་ཡི་རྗེའུ་ལ། རྒྱ་གར་ཆོས་ཀྱི་པད་ལྷུ་དགོས། དེ་རྩོ་  
 བོ་མཆ་ལ་རུམ་ཡིན། རྣམ་པོ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་ལྷུ་དགོས། སུང་གི་རྩོ་མང་  
 རྩོ་མང་ཡིན། བྱ་དུང་མིའི་མགོ་ཡི་དབང་ལྷུ་དེ། བྱ་ཡུན་ཡིད་རྒྱུང་དཀར་མོ་  
 ཡིན། ཁྲུ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་སྒོག་ལྷུ་དགོས། དེ་ནི་ཡར་དེང་སྦྱར་ལ་བརྒྱག།  
 ལྷུ་ཐུབ་པའི་སྒོམ་ལྷུ་དགོས། སུང་ཁྲི་ཐོ་ལ་མང་ཆོས་སྦྱུ་ཡིན། སྒོན་པ་  
 གཤེན་རབ་ཐད་ལྷུ་དགོས། སུང་གི་དབལ་བོན་ཐོད་དཀར་ཡིན། ཡེ་སྒོན་  
 རྒྱལ་བོའི་ལ་ཐོད་དགོས། སྦྱར་དཀར་ཁྲི་རྗེ་འོད་དཀར་ཡིན། ཁོ་དབལ་  
 བོའི་མགོ་ཡི་སྒོག་དཀར་དགོས། ཁྲོང་ནམ་མཁའ་འོད་གྱི་ཅེ་མ་ཡིན། སྒྲན་  
 སྒོམ་འོད་མགོ་ཡི་གཡུ་ལྷུ་དགོས། ད་རོག་རྒྱལ་བུ་མཆེད་གསུམ་ཡིན། དེ་  
 བརྩ་བརྩ་གསུམ་སྟེང་དུ་གཅེས། དབག་བསམ་ཅེ་མོ་མི་འགྱུར་རྗེའུ་ཡིན། །  
 དེ་མོ་ཡི་མཐའ་མིག་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་ལ། བཀའ་རྟགས་བརྒྱ་དང་ཅ་བརྒྱད་

ཡིན། །ལན་མེད་ཉི་ཟླའི་མདུད་པ་བཅུ། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་འདི་དང་  
གཅིག་ །སློག་དམར་མྱི་བྱར་འདི་དང་གཉིས། །བཅོན་པོ་རེ་སྟུ་ནི་གསུམ། །  
ཁ་ལང་གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་བཞི། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ནི་ཆ་ལ། །བྱ་ཡུན་རྩོན་པ་ཤ་  
ཟན་དུག། །སུམ་མཉམ་སྒྲག་མོ་མཁལ་དཀར་བདུན། །སྟེར་དཀར་ཀྱལ་ཕྱེ་འུ་  
ཆོང་བརྒྱད། །དབའ་པོ་དཔའ་འུ་དར་དགྲ། །རྒྱུ་སྤྱར་དུང་སེང་གཡུ་རལ་  
བཅུ། །ལན་མེད་ཉི་ཟླའི་མདུད་པ་ཡིན། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་བརྒྱད་ལ་  
བཟང་། །མྱི་བྱར་མ་ཆོ་བཅུ་གཅིག་ལ། །རེ་སྟེ་བཞི་དང་ཅེ་མ་གཅིག་ །ལྟང་  
ཟེ་བཅུ་གསུམ་སྟེར་དཀར་དུག། །བྱ་ཡུན་དང་ནི་རྒྱུ་སྤྱར་ནི། །བདུན་དང་  
བརྒྱད་ལ་ལྟག་པར་བཟང་། །ལར་མོ་ཁོག་གཅིག་གི་རང་སར་ནི། །དེ་རྒྱམས་  
རེ་རེ་ཁེར་འདུག་བབས། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། །ལོ་བཅུ་གསུམ་  
བར་དུ་ཁག་ཐེག་ཡིན། །ད་སྟེ་ས་རི་རྩུར་གྱུ་བཅུ་གསུམ་བཤད། །གཅིག་ལ་  
སད་ཀྱི་དུན་ཐག་དཀར། །གཉིས་ལ་སྟེར་སྟེར་གསུམ་རེ་སྟེ། །བཞི་ལ་ཅེ་ར་  
ལྷ་ལ་ལྷ་ས་བརྒྱག། །དུག་ལ་ནག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་དང་། །བདུན་སྟོ་ཆོ་དྲུངས་  
མ་འཕུར་ཤེས་དང་། །བརྒྱད་ལ་སྟུམ་རྒྱུང་བུམ་པ་གསེར་མིག་དང་། །དགྲ་  
ལ་སད་ལྷ་གྱེར་རྒྱུད་དང་། །བཅུ་ཡར་དེད་བཅུ་གཅིག་སྟེན་དེད་བརྒྱག། །བཅུ་  
གཉིས་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་དང་། །བཅུ་གསུམ་སྟོ་ཆོ་མདུང་བུ་རྒྱམས། །སྟེ་ས་རི་  
དཀར་པོ་རྩུར་གྱུ་ཡིན། །རིམ་བཞིན་བྱ་དང་བྱ་མོ་དང་། །རྒྱུང་གསུམ་དང་ནི་  
མནའ་མ་དང་། །བྱ་སྤིང་མག་པ་དག་དང་ནི། །བྱིམ་བདག་མོ་དང་པ་སྟུན་

དང་། བཟའ་དཔོན་དང་ནི་ཞང་པོ་དང་། མ་སྤྱི་དང་ནི་དག་སྤྱད་དང་། ཐམས་  
 རིང་མགོན་དང་མཚུན་ལ་བཟང་། བྱི་སའི་ཁས་དྲག་ནམ་བཞི་ནི། སྤྱིར་སྒོ་  
 བཞིར་ཁས་དྲག་བབས་བ་དང་། བྱུང་བར་གཉིས་ལ་འུ་སྔོན་དབལ་དར་  
 དང་། ལུ་ལ་སྒོག་དམར་མྱི་བྱར་དང་། དགུ་ལ་ཡར་དིང་སྒྲུར་བརྒྱག་དང་།  
 བརྒྱག་ཉིས་ཐ་ཆོ་མདུང་མོ་བརྒྱག་ བྱི་ས་ཤིན་ཏུ་ཁས་དྲག་པས། འགོ་འདུག་  
 ཡིན་ན་བཤོལ་ན་འཐད། བཞི་ལ་ལན་དང་ཅེ་ལད་ན། དགུ་དོ་ཆེ་བས་  
 དག་ཆོས་བྱ། ད་ཁ་དྲག་མོ་ཡི་སྤྱང་བཞི་བཤད། ཁང་བབ་སྤྱང་གི་སྤྱིན་དིང་  
 དེ། བཞེར་སྤལ་སེར་པོས་ས་གཞི་བསྐྱང་། ས་སྒོ་མི་རལ་རྩིའུ་ཡིན། །  
 བརྒྱག་གཅིག་བྱུང་ན་དེས་བ་ཡིན། བཞི་ཡི་སྤྱང་དུ་བྱ་བྱར་ན། དུང་པོ་ཨ་  
 གཤམ་རྒྱུ་མཆོ་བསྐྱང་། ཁོར་གོད་མི་འོང་རྩིའུ་ཡིན། བརྒྱག་གཅིག་བྱུང་ན་  
 དེས་བ་ཡིན། བདུན་གྱི་སྤྱང་གི་གལ་བར་དེ། བསྐྱང་སྤྱག་པོ་རི་རབ་བསྐྱང་།  
 རྩོང་གཞི་མི་འཆོར་རྩིའུ་ཡིན། བརྒྱག་གཅིག་བྱུང་ན་དེས་བ་ཡིན། བརྒྱ་  
 གསུམ་སྤྱང་གི་བྱུང་བརྒྱད་དེ། དབག་བསམ་ཅེ་མོ་བྱུང་གིས་བསྐྱང་། རྒྱས་  
 ཆེན་མི་འཆོར་རྩིའུ་ཡིན། ཡང་བཞི་ལ་སྤྱར་སྤྱད་བྱ་བརྒྱག་དེ། བཞེར་ཉས་  
 རྒྱུ་མཆོ་བསྐྱང་བ་ཡིན། ཁོར་ཐུགས་འཕེལ་བའི་རྩིའུ་ཡིན། བརྒྱད་ལ་ཨ་  
 བད་ཅེ་མ་དེ། རྒྱ་སྤྱག་ནགས་ཆལ་བསྐྱང་བ་ཡིན། བསྐྱས་མི་འོང་རྩིའུ་ཡིན།  
 བརྒྱ་གཅིག་རྒྱང་སྤྱར་རྩོད་དེ། བཤས་སྤྱོད་སེང་གས་བསྐྱང་བ་ཡིན། །  
 རྒྱ་ཐུག་མི་ཉེས་རྩིའུ་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་སྤྱང་བེ་ཁ་ལང་ན། དགུང་སྤོན་གསུ་

འབྲུག་སྒོན་མོས་བསྐྱུང་། །སྒྲོན་གྲགས་ཆེ་བའི་རྩེ་ལྷུ་ཡིན། །སྒྲུ་བྱི་བསྐྱམས་  
ན་བསྐྱུང་བརྒྱུད་ཡིན། །བསྐྱེན་པའི་ཀ་བ་བཞི་བཤད་ན། །གཅིག་གི་སྤྲོད་གི་  
གར་བར་དེ། །ཤར་ཕྱོགས་གཉེན་གྱི་ཀ་བ་བརྩྭ་གས། །ཡར་བ་མི་འཆད་མཐའ་  
སྤྲོད་ཡིན། །བྱ་རལ་བབས་ན་ཀ་བ་འགྲེལ། །བཞི་ཡི་སྤྲོད་དུ་ཡར་ལྷིང་ན། །  
སྤྲོ་ཕྱོགས་གཉེན་གྱི་ཀ་བ་བརྩྭ་གས། །ཟས་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་བ་ཡིན། །  
མར་ལྷིང་བབས་ན་ཀ་བ་ཆག །བདུན་གྱི་རུ་སོད་བརྒྱག་བཟང་དེ། །ལུ་བ་  
ཕྱོགས་བདུད་གྱི་ཀ་བ་བརྩྭ་གས། །བྱ་དང་བུ་མོ་མཐའ་སྤྲོད་ཡིན། །བརྒྱག་  
མེད་རུ་སོད་ཀ་བ་ཆག །བརྩྭ་གཅིག་སྒོ་ཡི་ཁྲི་མ་གླིང་བརྒྱག་དེ། །བྱུང་ཕྱོགས་  
བཅན་གྱི་ཀ་བ་བརྩྭ་གས། །གཉན་བཅན་འོང་བའི་རྩེ་ལྷུ་ཡིན། །སྒོ་རྒྱོད་མ་ཟེ་  
ཀ་བ་ཆགས། །གདུང་མ་ཚུགས་འགྲེལ་དེ་བཞིན་དུ། །གཅིག་ལ་སོགས་པའི་  
གནས་དག་ཏུ། །རང་སྒྲོན་དང་ནི་སེ་སྤྲོད་དང་། །ཕྱི་བྱུང་དང་ནི་སྒྱུ་མ་སེད་དང་།  
ཆོལ་ཆེ་དང་ནི་སོ་ཡོན་དང་། །ཁ་ཆོ་བྱ་ཡུན་སྒྱུར་ནག་སྒྱུར། །སྒྲུ་མར་ཚུགས་  
ལ་བྱི་མར་འགྲེལ། །ཡང་གསུམ་འདི་ཆུང་གསུམ་གདོང་མ་ཡིན། །དུག་འདི་  
མི་ནོར་འཕེལ་གདོང་ཡིན། །བདུན་འདི་པ་སྒྲོན་འཕེལ་པའི་གདོང་། །བརྩྭ་  
དབང་ཐང་མཐའ་རྟེན་གདོང་མ་ལ། །སྒྲུ་མ་བཞི་པོ་རིམ་བཞིན་སྒྱུར། །ཡང་  
གཅིག་བཞི་བརྒྱུད་དང་བརྩྭ་གཅིག་ལ། །སྒྲོན་དེང་བརྒྱག་ཅན་བབས་པ་ན།  
ཤར་ཕྱོགས་གཉེན་སོགས་བང་མཛོད་གང་། །ན་འབན་བབས་ན་བང་མཛོད་  
སྤྲོད་། །ཡང་སྒྲོན་པའི་བྱ་བཞི་བཤད་པ་ནི། །གཅིག་གི་རྒྱང་སྒྲར་ཕྱི་བྱུང་དེ།

བྱུང་བྱུང་དཀར་པོ་ཤར་ན་སྟན། །བྱ་གཅིག་སྒྲིམ་པའི་སྟན་བྱ་ཡིན། །དེ་རུ་ཆུ་  
 སྒར་ཉི་ཤར་ན། །བྱུང་བྱུང་གདན་ས་པོ་རྒྱ་འཕྲོག། །བྱ་གཅིག་སྒྲིམ་གྱང་ལོ་  
 མི་འགོར། །བཞི་ཅེ་ར་ཁུ་བྱུག་ལྟོ་ན་སྟན། །ཞོར་འོང་ཟེར་པའི་སྟན་བྱ་ཡིན།།  
 དེ་རུ་རུ་སོད་སྟོ་བརྒྱག་ན། །ཁུ་བྱུག་གདན་ས་ལྷག་པས་འཕྲོག། །ཟས་ཞོར་  
 གོགས་ལ་བར་ཆད་འོང། །བརྒྱད་ཀྱི་སྐྱེ་བྱུག་རུ་སོད་དེ། །ཐེ་བ་རྒྱ་བོ་རུ་བ་ན་  
 སྟན། །ཆེ་རིང་ཟེར་པའི་སྟན་བྱ་ཡིན། །དེ་ལ་སྟོ་ཞོད་མ་ཟེ་བཤས། །ཐེ་བ་  
 མཚར་བྱེད་སྟུན་གཅིག་བཅོམ། །གྲི་གཟེར་འཕམ་དུ་འབྱུང་ངོ་ཡོད། །བརྒྱ་  
 གཅིག་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །ལྷོག་ཆུང་ཁ་མོ་བྱང་ན་སྟན། །གཏམ་སྟན་ཐོས་པའི་  
 སྟན་བྱ་ཡིན། །ཁུང་ཁད་གོང་མ་སྒྲིག་གིས་ཕྲོག། །མི་ཁ་འཕམ་དུ་ཕྲོག་པའི་ངོ་།།  
 གཏུག་པའི་ཁ་བཞི་བསྟན་པ་ནི། །གཅིག་གི་རྒྱང་སྒར་དུང་ལྷེ་ལ། །གཤེད་  
 དུ་སྟན་པ་ཐོ་ཡོང་འཛིག། །དེ་ནི་གཉིས་ལ་སོ་ཡོན་ཡིན། །བཞི་ཡི་ཅེ་ར་ལྟ་  
 ལུག་ལ། །གཤེད་དུ་རྒྱ་སྟར་ཁ་ཆ་འཛིག། །དེ་ནི་ལྟ་ལ་བྱ་ར་ལ་ཡིན། །བརྒྱད་  
 ཀྱི་སྐྱེ་བྱུག་རུ་སོད་ལ། །གཤེད་དུ་སྒྱུང་ངོ་ནག་པོ་འཛིག། །དེ་དགུ་ཡི་སྟེང་གི་  
 སྟོ་བར་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་ཨ་ཁད་མེད་པུང་ལ། །ལན་དུ་ཆུ་ནག་ཆར་བ་  
 འཛིག། །དེ་ནི་བརྒྱ་གཉིས་སྒྲུམ་སྟོན་ཡིན། །ཕྱོགས་བཞིའི་རྗེ་འུ་བཞི་བཤད་  
 བ། །གཅིག་གི་བྱ་བུར་བརྒྱག་ཅན་དེ། །ཤར་ཕྱོགས་བྱུག་དཀར་མདའ་སྟོ་  
 ཅོམ། །ནམ་ཡང་མི་འཕྱུར་རྗེ་འུ་ཡིན། །མི་རྒྱུད་གོ་ལ་བའི་རྗེ་འུ་ཡིན། །བཞི་  
 ཡི་སྟེན་དེང་བརྒྱག་ཅན་དེ། །ལྟོ་ཡི་མཚོ་མོ་མེ་ཡོང་ཅོམ། །ནམ་ཡང་མི་སྐམ་



རྩེའུ་ཡིན། ཁོར་གཡང་མི་ཉམས་མོ་མདུད་ཡིན། བརྒྱད་ཀྱི་ཙོ་ར་ལྷ་ལུག་  
 དེ། འཁྱུ་གྱི་ལུག་པ་གཡག་ར་ཙམ། མཐའ་གནམ་དུ་མི་ཡལ་རྩེའུ་ཡིན། །  
 དབུ་ནག་སྒོན་པའི་བསམ་པ་འགྲུབ། བརྩ་ཡི་སྒྱུ་ལུ་གཡུ་མིག་དེ། བྱང་  
 གི་གངས་དཀར་མོག་མོར་ཙམ། ཁམ་ཡང་མི་ཁྱེརྩེའུ་ཡིན། བུ་འཕེལ་ཁོར་  
 རྩེད་བདེ་སྦྱིད་འབྱུང། དེ་བཞིའི་གཤེད་ནི་འདི་ལྷ་སྟེ། ཤར་གྱི་བྲག་ལ་ཐོག་  
 གིས་འཛིག་དེ་བརྩ་གཅིག་སྟེད་གིན་འབན་ཡིན། ལྷོ་མཚོ་ལ་ཐན་པ་མིག་  
 དམར་འཛིག་དེ་ནི་བརྒྱད་ཀྱི་རྩྱེད་ཁད་ཡིན། ཤིང་ལ་གཤེད་ལྷར་ཁ་ཆེ་  
 འཛིག་དེ་ནི་བརྩ་གཅིག་མར་ལྷིང་ཡིན། གངས་ལ་ཉི་མ་སྒྱུན་བདུན་འཛིག།  
 དེ་བརྩ་གཅིག་སྒོ་ནག་མ་ཟེ་ཡིན། སྒོ་བཞི་ཕྱེ་བ་ན་འབན་ཡིན། གཉིས་ལ་  
 བ་འབན་དུར་སྒོ་ཕྱེ། གཏོ་ནི་བསྐང་མེར་པོས་བཙོས། ལྷ་ཡིན་འབན་ཁོར་  
 སྒོ་ཕྱེ། བརྒྱུད་ས་དགའི་ར་དང་ཟ་དགའི་མཆེ། འབྲུ་དགའི་མིག་པའི་གཏོ་  
 ཡིས་ཐུབ། དགའ་ལ་ན་འབན་བདུད་སྒོ་ཕྱེ། གཏོ་ལ་ཤ་བ་རྩ་རྒྱས་ཕྱེ། བརྩ་  
 གཉིས་ན་འབན་གཤེད་ལམ་ཕྱེ། གཏོ་རུ་ལུག་མགོ་ཐུལ་བདུད་ཕྱེ། མ་ཟེ་  
 རྒྱང་བའི་སྒོ་བཞི་པོ། རང་རང་སྒོ་ལ་བབས་ན་བསྐྱུངས། གཅིག་སོགས་སྒོ་  
 ཡི་སྒོན་དུ་བབས། ཤར་སོགས་སྒོ་དེ་ཕྱེ་བ་ཡིན། ཕྱེན་བར་ཏེ་བསྐྱུངས་ན་  
 རྩེའུ་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱིང་བཞི་བསྒོར་ཕྱིས་བཤད། ཤར་ལུས་འཕགས་པོ་ཡི་  
 ཞིང་ཁམས་ན། དར་དཀར་ཡོལ་བ་འཐེན་པ་ནི། གཅིག་ལ་དག་སྤྱིའི་བྱི་  
 འོད་གཤོག་རྒྱས་ཡིན། དར་དཀར་པོ་རྒྱུད་གི་བསྐྱུལ་མི་དེ། གཅིག་ལ་རྩུ་

དོ་ལི་ཡན་ཡིན། །འཛམ་གླིང་བྲག་གི་ཚུ་བྱིས་དེ། །བཞི་ལ་སོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་  
 ཡིན། །དེ་སྐྱམ་བྱེད་སོ་ཡོན་ཐུན་ཐུག་ཡིན། །རྒྱུ་བ་ལང་སྟོང་གི་བསེའི་སྒོ་  
 མོར། །ལྷགས་གྱི་འདེན་བྱ་བརྒྱུ་བ་དེ། །བརྒྱུད་གལ་བར་རི་བོ་སྟོང་ཆེན་  
 ཡིན། །ལྷགས་སྒོ་མོ་བྱེ་མི་བྱ་རལ་ཡིན། །སྒྲི་མི་སྟན་གྱི་ཀ་ཆེན་དེ། །བརྒྱ་  
 གཅིག་དཔུང་ག་ཆང་རྟ་ཡིན། །ཀ་བ་བསྐྱེལ་མི་མར་ལྷིང་སྒོ་བརྒྱག་ཡིན། །  
 དབུས་རི་ལ་གསེར་གྱི་སྒྲུ་མཁར་དེ། །བདུན་གྱི་ཡར་ལྷིང་བར་མིག་ཡིན། །  
 སྒྲུ་མཁར་ཐོག་གིས་བཞིག་བ་ན་འབན་ཡིན། །དེ་གླིང་བཞི་སྟོང་བ་བསྒྲོར་  
 ཅིས་ཡིན། །ཤར་རྒྱུང་རི་ལ་སེང་གེ་འགྱིང་བ་དེ། །གཅིག་གི་རྒྱུང་སྒྲུང་ལྷ་  
 འོད་ཡིན། །སེང་གཡུ་རལ་བཞོག་བ་སྒྲུམ་སེ་ཡིན། །ལྷོ་གཡུ་རིར་གྲགས་  
 ཆེན་གཡུ་འབྲུག་དེ། །བཞི་ལ་ཁ་ལང་གསེར་བྱིག་ཡིན། །འབྲུག་གི་ཁ་ཚུ་ཕོ་  
 མཁར་དེ། །རྩྭ་གི་བྱི་ཤོ་བྱི་ཤག་ཡིན། །རྒྱུ་ལྷགས་རིར་དབའ་བརྟན་དོམ་  
 བག་དེ། །བརྒྱུད་གྱི་རུ་སྟོང་ཁ་ལེ་ཡིན། །དོམ་མཁྱེས་བ་ཕོ་བ་རུ་སྟོང་སྒོ་བརྒྱག་  
 ཡིན། །བྱང་མཚལ་རིར་དབའ་རྩལ་སྟག་མོ་འགྱིང། །དེ་བརྒྱ་གཅིག་ཨ་ཁད་  
 ཅེ་མ་ཡིན། །སྟག་མཆེ་སྟེར་ཐུང་མཁར་རྩྭ་ཁད་ཡིན། །དེ་བསྟན་བ་ས་ཡི་  
 སྒོར་ཅིས་ཡིན། །ཤར་ལུ་ལེ་གམ་གྱིང་ལྷགས་ཁ་དེ། །ལྷོ་བུར་གྱིང་ཅེ་རུད་ཀར་  
 ཡིན། །ཁ་སྟོ་ལ་འཛིན་བ་ཚུ་གྱི་མེ་སྟག་ཡིན། །ལྷོ་ཅན་སྟོང་བོར་ཐུབ་ལྷགས་  
 གྲགས། །བྱོད་ཐུར་ལིང་མ་ལིང་རྒྱུང་ཡིན། །གསུང་སྟན་གཅོད་བྱེད་བྱི་ལ་  
 སྒྲུལ་འཇུས་ཡིན། །རྒྱུ་ལྷགས་པར་བྱོ་རྒྱུའི་ཕོ་རོག་འཁོར། །དེ་རུ་སྟོང་དབལ་

གྱི་དར་ནག་ཡིན། །བྱ་ཤ་ཡིས་གྱོད་པ་སྒྲུམ་ནག་ཡིན། །བྱང་དཔག་བསམ་  
 ཅེ་ལ་བྱུང་ཆེན་མིང་། །བྱུང་གསོག་ཟད་ཤ་བག་ལི་ཡན་ཡིན། །དེ་སྒྲུབ་ཤིང་  
 གི་སྒྲོར་ཅིས་ཡིན། །ཤར་དྲུང་མཆོར་དྲུང་ཉ་གཤམ་གསོག་འཕྱུ། །དེ་སྒྲུབ་སྒྲུང་  
 གཙང་ཉ་གཤམ་གསོག་ཡིན། །ཉ་མོ་སྒྲུམ་ལ་ཡང་བ་དེ། །ཆོལ་ཆེ་མུ་དམར་གྱི་  
 ཐོག་སུ་ཡིན། །ཕྱོག་ཤམ་མཆོའི་ནང་ནས་གཤམ་འབྲུག་གནས། །དེ་རྩ་གདོད་སྒྲུ་  
 སྒྲུལ་འོད་ཆེན་ཡིན། །སྒྲུལ་ལ་སྒྲུ་ཅིས་དྲུག་བ་དེ། །བྱ་མེད་བྱ་ལུ་སྒྲོད་ཡིན། །  
 ལུབ་གྱི་ལྷ་གསལ་མཆོར་ནག་པོ་ན། །ཆུ་སྒྲིབ་རིན་ཆེན་སྒྲུ་ལྷ་གསལ་ཅན། །སེལ་ན་  
 ལིང་ཀུན་དཀར་མོ་ཡིན། །ཆུ་སྒྲིབ་དྲུང་གིས་ལུག་བ་དེ། །བག་བྱ་བུར་མདུད་  
 བ་ནག་པོ་ཡིན། །བྱང་གི་གསེར་མཆོར་མེར་པོ་ན། །གསེར་སྒྲུལ་གཤམ་ཡི་ཐོར་  
 ལྷག་སུ་ཅན། །གསེར་སྒྲུལ་སྒྲུང་གིས་བརྩི་མི་དེ། །གལ་བར་ལྷག་བ་གསེར་  
 མིག་ཡིན། །དེ་འབྲེལ་བ་མཆོའི་སྒྲོར་ཅིས་ཡིན། །ཤར་སེང་གོ་དཀར་མོའི་  
 ཁ་ཆུ་དེ། །ནག་པོ་རྒྱ་ཡི་ཡུལ་ན་གདལ། །དེ་ཆུ་སྒྲུར་ཆུ་དོད་དཀར་མོ་ཡིན། །  
 མིད་པ་འབྲུལ་ཆུ་དཀར་པོ་དེ། །འབྲུལ་ཆུ་བདུད་ཀྱིས་བཅད་བ་དེ། །ཆུ་  
 སྒྲུར་སྒྲུམ་གྱི་སྒྲོད་དེ། །ཕྱོད་ཏུ་མཆོག་རྒྱལ་པོའི་ཁ་ཆུ་དེ། །སྒྲུ་རྒྱལ་པོད་ཀྱི་  
 ཡུལ་ན་གདལ། །སྒྲུམ་རྒྱུང་བུམ་བ་གཤམ་མིག་དེ། །དེ་དག་སྒྲུའི་དཔའ་ཆུ་  
 དར་མ་ཡིན། །དབའ་ཆུ་དག་ལ་ཤོར་བ་དེ། །སྒྲུམ་ནག་སོག་པོ་རྒྱུང་ཟད་  
 དེ། །ལུབ་སྒྲུང་ཆེན་འགྱུར་བའི་ཁ་ཆུ་དེ། །རྒྱ་གར་རྩོུ་གདན་ན་གདལ། །  
 སྒྲུམ་དཀར་བ་མེན་ཆུ་ཤེལ་ཡིན། །དེ་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ཆུ་དཀར་མོ་དེ། །སྒྲུབ་

ཆུ་དྲུག་དང་འདྲེས་པ་དེ། རྒྱུ་མ་གྱི་སྒྲེས་སྒྲེ་མ་ཆུ་ནག་རེད། །བྱང་མ་བྱ་རྒྱལ་  
 མོའི་ཁ་ཆུ་དེ། །ས་ག་ཉོར་གྱི་ཡུལ་ན་གདལ། །རྒྱུ་མ་གྱི་དྲངས་མ་གསུ་སྒྲོན་  
 ཡིན། །དེ་དག་སྒྲེའི་དྲན་ཆུ་དཀར་མོ་རེད། །སྒྲོ་ཆུ་སྒྲིང་ལ་སོང་བ་རྒྱུ་མ་གྲུ་མ་  
 ཟེ་རེད། །དེ་འབབས་པ་ཆུ་ཡི་སྒྲོར་ཕྱིས་ཡིན། །ཤར་གསལ་དུང་ལྷ་ཡི་ཡུལ་  
 །ཁམས་ན། །ལྷ་ཆེན་ཆོངས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཡོད། །ཀྱེ་བ་རིང་ཤག་དཀར་པོ་ཡིན། །  
 ལྷ་ཆོངས་པ་བདུད་གྱི་བསད་པ་དེ། །ཁྱོད་གི་ཆུ་རྒྱན་ནག་མོ་ཡིན། །སྒྲོ་མ་  
 དྲོས་སྒྲུ་ཡི་ཡུལ་ན་ནི། །སྒྲུ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་ཡོད། །དེ་ད་རྒྱ་རང་  
 བམ་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །སྒྲུ་རྒྱལ་ཁྱུང་གིས་ཁྱེར་བ་དེ། །གཙུག་ཆེ་བྱི་འོད་རླུང་  
 གཤོག་ཡིན། །ཁུབ་འགོ་བ་མི་ཡི་ཡུལ་ཁམས་ན། །སྒྲུལ་བ་ཡེ་ཇེ་སྒྲོན་པ་  
 ཡོད། །དེ་སྒྲེར་དཀར་ཀྱུ་བྱི་དུང་འདབ་ཡིན། །ཡེ་བ་རམ་གྱིས་བསྐྱས་པ་དེ། །  
 སྒྲེར་ནག་ཐུར་བཟུང་བྲག་ཡིན་ནོ། །བྱང་མ་སངས་གཉན་གྱི་བ་ཡུལ་ན། །  
 གཉན་ཆེན་སྐར་བ་དུང་མགོ་ཡོད། །ན་འབན་སྒྲོང་སྒྲིང་ཁྲོ་ཡིན། །གཉན་  
 ཆེན་སྒྲོང་གིས་བསད་པ་དེ། །ཁྱོད་སང་ལྷ་ང་ཟེ་ཡིན་པར་བཤད། །དེ་བཟུང་  
 བ་ཡུལ་གྱི་སྒྲོར་ཕྱིས་ཡིན། །ཤར་ཡོད་མེད་སྒྲུལ་པའི་མཁར་ནང་ན། །དག་  
 འདུལ་གྲུབ་པ་མཐུ་ཆེན་གདལ། །ཀྱེ་བ་བག་ཐོག་མི་ཐུར་ཡིན། །མཐུ་ཆེན་  
 དག་སྒྲེའི་རྒྱལ་པོ་ལ། །རིང་སྒྲོར་ཐོག་ཕྱིག་བརྒྱབ་མི་དེ། །ཁྱུང་ཁད་སྐར་ཉེ་  
 བཀོམ་ཡིན། །སྒྲོ་ཆུ་རླུང་འབྲུགས་པའི་མཁར་ནང་ན། །སྐར་མ་རམ་པ་བདུད་  
 འདུལ་གདལ། །དེ་བྲག་གི་གསུ་སྒྲུང་ཁ་སྐྱེབ་བྱ་བ་ཡིན། །སྐར་མ་རྒྱུག་ལོག་

བྱུང་བ་དེ། །གལ་བར་ཐང་མོ་མགོ་འཁོར་ཡིན། །རྒྱབ་ཐོག་སེར་འཕྲོ་བའི་  
མཁར་ནང་ན། །ཁས་དྲག་བསེའུ་རུ་གཅིག་གདལ། །སད་ཁྱི་འོད་རླུང་གཤོག་  
དཀར་པོ་ཡིན། །ཅངས་སེའི་རྫོང་མཁར་འཕྲོག་མི་དེ། །ཅེ་ར་ཡོར་པོ་མགོ་  
བརྟམ་ཡིན། །བྱང་རྩི་སྒྲིག་འོད་ཀྱི་མཁར་ནང་ན། །མཐུ་ཆེན་ཡོར་པོ་རུ་མང་  
གདལ། །དེ་མུ་ས་སྟག་མོ་ཁ་གདངས་ཡིན། །གཡུང་རྒྱུད་མགོ་སྒྲོར་བྱེད་མི་དེ། །  
བརྟེན་གྱི་ཐང་ལེ་སྒྲ་དམར་ཡིན། །དེ་བཟུང་བ་མཁར་གྱི་སྒྲོར་ཕྱིས་ཡིན། །  
ཤར་ཕྱོགས་དུང་རི་དཀར་པོ་ལ། །ཕྱུ་རྒྱུད་མིད་པའི་འགྲིམ་ལམ་གདལ། །དེ་  
གྱི་བའི་རིགས་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་ཡིན། །སྒོ་ཁྱོད་མ་ཟེ་བབས་བ་ན། །བཅོན་  
གྱི་རྒྱལ་བས་དེད་བ་ཡིན། །སྒོ་ཕྱོགས་གཡུ་ལམ་སྒོན་པོ་ལ། །དམ་རྒྱུད་མིད་  
པའི་འགྲིམ་ས་གདལ། །དེ་ད་པོག་རིགས་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་ཡིན། །སྒྱུ་མ་  
ཁྱོད་མ་ཟེ་བབས་བ་ན། །བརྟེན་གྱི་རྒྱུན་མས་བཅོམ་བ་ཡིན། །རྒྱབ་ཕྱོགས་  
མཆོང་རི་སྒྲུག་པོ་ལ། །གཙུག་རྒྱུད་མིད་པའི་འགྲིམ་ལམ་ཡོད། །དེ་དམུ་དབལ་  
རིགས་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་ཡིན། །ན་འབར་ཁྱོད་རྒྱུད་བབས་བ་ན། །ཤིན་པོས་  
ཟ་ལམ་བཏོད་བ་ཡིན། །བྱང་ཕྱོགས་མཆོལ་ལམ་དམར་པོ་ལ། །བསྒྲོར་རྒྱུད་  
མིད་པའི་འགྲིམ་ས་གདལ། །དེ་སད་གྱི་རིགས་རྒྱམས་ཐམས་ཅད་ཡིན། །  
སད་ཁྱོད་མ་ཟེ་བབས་བ་ན། །གཤིན་རྗེས་ཁྲམ་ཁ་བཏོད་བ་ཡིན། །དེ་འགྲོ་  
བ་ལམ་གྱི་སྒྲོར་ཕྱིས་ཡིན། །བྱ་ཡུན་གསེར་གྱི་ཉི་མ་དང་། །བྱ་ལུང་དུང་གི་ལྷ་  
བ་དང་། །ལུ་ས་ཤེལ་གྱི་སྒྲོར་མ་གསུམ། །མཐོན་པོ་དགུང་གི་རྒྱན་གསུམ་

ཡིན། །དེ་གསུམ་སྤྱིན་གྱིས་སྤྱིབ་མི་སོ་ཡོན་ཡིན། །སང་བག་ཆོ་ཏི་ཆ་ལྟ་སྤྱིན་  
ཡིན། །ལ་རི་དག་ཆང་འང་འཆོན་ཡིན། །སྤྱག་མོ་མཁལ་དཀར་གཡུ་ཡིན་  
ལུན་ཡིན། །དེ་བར་སྤང་སྤྱང་པའི་རྒྱན་གསུམ་ཡིན། །དེ་གསུམ་རྒྱུད་གི་གཏོར་  
མི་ལི་ཡན་ཡིན། །སང་ལ་ལང་དཀར་ཐོག་ཅི་ཏོག་ཡིན། །སྤྱུམ་ར་ཐེ་དཀར་  
ཐོག་མེ་ཏོག་ཡིན། །དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་ལོ་ཏོག་ཡིན། །དེ་གསུམ་སང་  
གྱིས་ཁྱེར་མི་བྱ་རལ་ཡིན། །དེ་གནམ་ས་བར་སྤང་སྤྱོར་ཅིས་ཡིན། །ད་བ་  
སྤལ་ཁྱུང་གི་སྤྱོར་ཅིས་ལ། །ཁྱིད་པའི་བ་བཅུན་འབྲུལ་མོ་དེ། །སྤྱིར་དཀར་  
བམེན་ལྟ་སྤྱོར་ཡིན། །དེ་སྤྱུ་མོ་རྒྱུད་གི་དལ་ན་བཞུགས། །སྤྱོད་འཁོར་ལོས་  
བསྤྱར་བའི་སྤལ་བ་དེ། །སྤྱིན་དིང་འཕན་ཅ་དཀར་མོ་ཡིན། །དེ་ཆགས་པའི་  
ལྟ་བ་དག་ན་བཞུགས། །ཁྱུང་ཆེན་ནམ་མཁའ་གསོག་རིང་དེ། །དིང་དིང་ལྟ་  
ག་དཀར་མོ་ཡིན། །དཔག་བསམ་གིང་གི་ཅེན་བཞུགས། །བ་སྤྱུ་མོ་རྒྱུད་གི་  
སྤྱོར་ཅིས་ལ། །ཤ་ལས་མ་བཅིགས་གསེར་གྱི་རི་བདུན་སྤྱིད། །ཀྱེ་བ་རྒྱལ་ལ་  
མཆེད་བདུན་ཡིན། །ཁྲག་ལས་མི་འབབ་རོལ་མཆོ་བདུན། །ད་རོག་རྒྱལ་མོ་  
མཆེད་བདུན་ཡིན། །རུས་ལ་མ་བརྟུང་ལྷགས་མཁར་སྤྱིད། །དམུ་དབལ་ལ་  
སྤེར་མཆེད་གསུམ་ཡིན། །དཔུགས་ལས་འཕྱོ་བ་རྒྱུད་ཁམས་སྤྱིད། །རྒྱུད་  
ཁམས་དྲུངས་མ་ཐམས་ཅད་ཡིན། །རྩ་ལས་མ་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལོ་སྤྱིད། །གིང་  
ཁམས་བཏགས་བ་བཅུ་གཉིས་ཡིན། །ལྟ་བས་མ་བསགས་ནོར་མཆོ་བསྐྱེད། །  
ནོར་རོ་སུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་ཡིན། །འོ་མས་སྤྱིད་པའི་འཕེལ་རྒྱ་བསྐྱེད། །བདུད་

ཅི་ཅན་གྱི་མོ་མདུད་བཙོ་བརྒྱད་ཡིན། །མར་ལས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སྤྱིད། །  
 བརྒྱུག་གི་དབལ་ཁ་བཞི་བརྒྱ་ཡིན། །འདི་ནམས་ཀྱི་དག་མ་རྟེན། །དེ་བརྒྱད་  
 འཛོམས་པའི་མོ་ཁོག་དེ། །སྒྲུ་མོ་རྒྱུད་གི་སྒྲོར་ཅིས་སམ། །དཀར་རིས་བཡི་  
 སྒྲོར་ཅིས་ཡིན། །ཁྱི་སྒྲོད་ཆགས་དང་ནང་བརྒྱད་ཆགས། །རིགས་བྱུག་མེ་  
 ཏོག་གངས་ཅིས་དང། །འབྲུང་བའི་དག་གོགས་སྐར་སྒྲེ་ལོ། །བྱུག་ཅུའི་ལོ་  
 བཅས་བརྒྱད་བཤད་པ། །ཁྲ་རིས་སྐལ་པའི་སྒྲོར་ཅིས་ཏེ། །གོང་དུ་ལེགས་  
 པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ནག་རིས་ཁྱུང་གི་སྒྲོར་ཅིས་ལ། །ཉེན་བྲག་དཀར་དཔལ་  
 བྱའོད་པོ་དེ། །བག་མཆོད་དང་མ་ཁྲི་གསོག་ཡིན། །བྱ་གདོས་བཏགས་མཆོ་  
 ཐུན་ཁྲུག་ཡིན། །སྤྱི་བ་བྲག་ནག་མཆོད་གི་བསེ་སྒྲུག་སྒྲུག །སྒྲུམ་བྲག་ཅུ་སོད་  
 དབལ་དར་ཡིན། །བསེ་སྒྲུག་ཁྱི་སྒྲེར་ལུང་མཁན་དེ། །དུམ་མམ་རྩ་མོད་ཅུ་  
 སོད་ཡིན། །གཡུའི་ཤུག་ཅེར་འཆི་མེད་ལྷགས་ཁྲ་དེ། །ཁྱི་བུར་མེ་རི་དམར་  
 པོ་ཡིན། །ཁྲ་ཆེན་ཨན་ཐག་གཙོད་མི་དེ། །ཁྱི་བུར་གྱི་སྤྱི་ཁ་དམར་ཡིན། །རི་  
 མ་གཉན་སྒྲོམ་རའི་འདོར་བཞིན། །མཛེས་ལྷན་ཤེལ་གྱི་མ་བྱ་དེ། །བྱ་ཡུན་  
 དང་ཅེ་དཀར་མོ་ཡིན། །མ་བྱ་སྒྲུ་མདངས་ཡལ་བ་དེ། །སོ་ཡོན་བྱ་ལྷན་ལང་  
 ཐང་ཅེ། །ཁམས་དབྱར་མོ་ཐང་གི་ར་བན། །གསུང་སྒྲན་གཡུའི་ཁྲ་བྱུག་དེ། །  
 ལུ་ས་འོད་ཆགས་དཀར་མོ་ཡིན། །ཁྲ་བྱུག་གསུང་སྒྲན་ཆད་པ་དེ། །ལུ་ས་བྱ་  
 ཡུན་སྒྲོ་བརྒྱུག་ཡིན། །བྱང་ཁྲི་སོག་རྒྱལ་མའི་མཆོ་འགམ་ན། །གསེར་གྱི་རུར་  
 བ་སེར་པོ་ནི། །བྱ་མེད་བྱ་ལྷ་དཀར་མོ་ཡིན། །རུར་པ་ཆོ་ཆད་རྫོགས་པ་དེ། །

གསེར་བྱ་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་མོ་ཡིན། ཁ་པོ་བ་རིས་ཀྱི་བྱ་མིག་ན། འུང་གི་  
ཚུ་ག་དཀར་མོ་དེ། ཚེ་ག་ཚེ་ག་ཆུང་འབྱུང་སྐད་སངས། ཚེ་གའི་འབྱུང་སྐད་  
ཆད་པ་དེ། ཚེ་ར་ཡོལ་བོ་མགོ་བརྒྱུ་ཡིན། རྒྱ་ཤོད་འབྲས་ཀྱི་གཏོང་ཁུང་  
ན། ཁྱི་རུའི་བྱ་པོ་མཆལ་འབར་དེ། རྒྱེར་ལུ་མཚོང་སྤྱིང་སྒྲུག་པོ་ཡིན། །  
བྱ་པོ་ནས་འབྲས་དུག་པ་དེ། རྒྱེར་སྒྲུང་ཉ་མོ་ཁོང་འབྲེན་ཡིན། འདྲེན་བརྒྱད་  
འཛོམ་པའི་མོ་ཁོག་དེ། འག་རིགས་ཁུང་གི་སྒྲོར་ཅིས་ཡིན། བྱ་བརྒྱ་པོ་ཡི་  
ཆད་ཁུང་དེ། ཡར་ཡར་སངས་ཆེན་བཙུ་བརྒྱད་ཡིན། ཡར་བའི་སངས་ཆེན་  
བཙུ་བརྒྱད་ལ། བྱ་ཆང་འཐོར་བྱེད་ལི་ཡན་ཡིན། བྱ་བརྒྱ་པོ་ཡི་སྤྱིང་ཐབས་  
དེ། མར་ཡར་སངས་ཆེན་བཙུ་བརྒྱད་ཡིན། ཁུང་ཆང་དོ་རྩེ་བྲག་གི་རི།  
ཐོག་གིས་བཤིག་པ་ན་འབན་ཡིན། བྱ་བརྒྱ་བྱ་ཡི་གྲོས་ཐབས་དེ། སངས་  
དབང་འདུས་རིན་ཆེན་བཙུ་བརྒྱད་ཡིན། བྱ་སྐད་ཆད་པ་ཐེར་ཏེ་སྒྲུམ་ཡིན།  
དེ་ཡིས་ཁུང་གི་སྒྲོར་ཅིས་རྩོགས། འདྲེན་འབྱུང་ལྟ་ས་བཙུ་བརྒྱད་ལ། འདུང་  
སྒྲོན་པོ་མི་འབྱུང་ལྟ་ས་ལ། རྒྱེན་དཀར་པོ་ཚུ་ག་སྒྲོང་ཙམ་ཞིག་གདལ། བརྒྱ་  
ཡི་བག་ཆོ་བརྒྱུང་ཡིན། འདྲེན་གསེས་གཏོར་བ་ལི་ཡན་ཡིན། སངས་པོ་མི་  
འབྱུང་ལྟ་ས་ལ། མཚོ་སྒྲོན་པོ་མི་ཡོང་ཙམ་ཞིག་གདལ། འདྲེན་ཆང་བརྒྱུང་  
གི་ད་རོག་ཡིན། འདྲེན་ཐན་པས་སྐམ་པ་ལུང་ཁད་ཡིན། བྱ་མི་འབྱུང་དོ་དཀར་  
ལུག་ཐང་ཙམ། བརྒྱ་གཅིག་མ་རྒྱུང་བྱེད་ལུང་ཡིན། ལུག་རྒྱུང་གིས་བསང་  
པ་སེ་སྒྲོང་ནག་ཐོག་ཡིན། མདའ་མི་འབྱུང་བྲག་ནག་ར་ཐང་ཙམ། གཉིས་



གྱི་སྟེང་གི་བག་ལྷི་ཡིན། །ར་ནག་འཕར་བས་དེད་པ་དེ། །རུ་སོད་ལི་ཡན་སྒོ་  
 བརྒྱག་ཡིན། །ཉིན་མི་འགྱུར་ཤུག་པ་གཡག་ར་ཅམ། །བརྒྱད་གྱི་སྟེང་གི་ཅེ་  
 ར་ཡིན། །ཤུག་པ་ཅེ་ནས་གསལ་བ་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་ཡིན། །སྤྱི་མི་འགྱུར་ཐང་  
 ཤིང་སྒོ་ལུད་ཅམ། །བརྩ་གཉིས་སྟེང་གི་སྒོ་བར་ཡིན། །དེ་རྟིང་འབྲེལ་སྒོ་བར་  
 བག་པོ་ཡིན། །ཆབ་མི་འགྱུར་ཉ་མོ་རྟ་ར་ཅམ། །དུག་གི་སྒྱུ་མ་ཆུང་བུ་བརྒྱག་  
 ཡིན། །ཉ་ལྷགས་ཀྱུ་ས་ཟེན་པ་དམུ་དག་སྒོ་བརྒྱག་ཡིན། །མཚོ་མི་འགྱུར་སྤལ་  
 པ་ལུག་བྲང་ཅམ། །བཞི་ཡི་སྒྱིན་དིང་གཡུ་ཐོག་ཡིན། །སྤལ་པ་སྤང་གིས་  
 བརྩེས་པ་གལ་བར་སྒོ་བརྒྱག་ཡིན། །བྲག་མི་འགྱུར་རྟོད་པོ་བྲེལ་ཆུང་ཅམ། །  
 དེ་བརྒྱད་གྱི་མ་ཚ་བྲུ་ཡན་ཡིན། །བྲེལ་ཆུང་གཤོས་བཏགས་དམུ་སད་སྒྲིང་ཅོག་  
 ཡིན། །ནགས་མི་འགྱུར་སྤྱག་བྲ་ཡོས་འབྲུ་ཅམ། །བརྩ་ཡི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །  
 སྤྱག་ས་མདས་བསད་པ་རྟོང་ཁད་ཡིན། །གངས་མི་འགྱུར་སེང་གེ་ཨ་བྲ་ཅམ། །  
 བརྩ་གཅིག་རྟེན་སྤང་བྱུང་སེང་ཡིན། །སེང་ཁོག་འབྲུ་ཡིས་ཐོས་པ་དེ། །སྒྱུ་མ་  
 མ་ཟེ་སྤང་བུ་ཟེ་མ་ཡིན། །གནམ་མི་འགྱུར་འབྲུག་ཐང་བྲང་བ་ཅམ། །བརྩ་  
 གཅིག་སྤང་ཟེ་ཁ་ལང་ཡིན། །འབྲུག་ཟེ་བ་ཚོགས་པ་ལུང་ཁད་ཡིན། །ཤིང་  
 མི་འགྱུར་བྲུང་སྒོང་སྤང་འབྲུ་ཅམ། །བརྩ་གསུམ་བྲུང་བརྒྱད་དུལ་མདངས་  
 ཡིན། །བྲུང་སྒོང་གུད་དོས་སྒྲེབ་པ་སྒྱིན་དིང་གོར་མོ་མེད། །རྩ་མི་འགྱུར་འབྲང་  
 བག་བྲང་བ་ཅམ། །བརྒྱད་གྱི་རུ་སོད་ཁ་ལེ་ཡིན། །འབྲོང་ཆད་བྲུང་བསྟེག་པ་  
 ཚོལ་ཚོ་སྒོ་བརྒྱག་ཡིན། །དུས་འི་རྒྱལ་མི་འགྱུར་ལྷ་ས་ལ། །སྤང་ཁམ་པ་བ་

བེའུ་ཅམ་ཞིག་གདལ། ཁྱེ་བདུན་གྱི་གལ་བ་ཐོད་དཀར་རེད། འབྲང་གི་  
 བཤུལ་གྱི་ཆད་བ་དེ། བྱ་རལ་ལུམ་སྤང་ཡིན་པར་བཤད། ཁྱེ་མི་འབྱུར་ལྷ་  
 ས་བཅོ་ལྷ་ཡིན། ཁྱེ་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་མོ་ཁོག་ལ། རྣམ་མཁའ་འོད་གྱི་ཁྱི་  
 འཕང་ན། མཆོད་ཀྱི་གཡུ་ཡི་གྱར་ཆེན་ལུག། ཁྱེ་དེ་འོད་དཀར་པོ་ཡིན།  
 མཐོན་པོ་དགུང་གི་མོ་ཁོག་ཡིན། གནམ་སྤྱི་རྒྱ་འགམ་ན་སྤྱུ་མ་རེད། བཅུ་  
 བ་ས་ཡི་དྲུལ་འཁོར་ན། གསེར་གྱི་ཐང་མ་བཅུ་བ་དེ། སྤྱིན་དེད་གཡུ་  
 འོད་སྤོན་པོ་ཡིན། ས་མཆོན་པ་གསལ་ན་སྤྱུ་མ་རེད། འོད་སྤྱིང་ཁྱིམ་ཁྱི་གདུགས་  
 ཉི་མ་ཤར། རང་ཉི་འོད་གམ་བྱ་སྒྲ་ཆོས་རེད། ཤུ་བྱ་བྱ་བ་པའི་མོ་ཁོག་རེད།  
 གསེར་མཆོད་རྟེན་འགྲུལ་ན་སྤྱུ་མ་རེད། སྤྱང་མུན་ལ་ཁར་དུང་སྒྲ་ཆོས།  
 བག་བྱ་བྱར་འཁོར་བ་ལན་མེད་རེད། སྤོན་པ་གསེན་རབ་མོ་ཁོག་ཡིན།  
 གཡུའི་ཐང་ཤིང་ཆགས་ན་སྤྱུ་མ་རེད། ཁྱེ་ཆོག་སྤྱི་གཞུང་ན་སྤྱུ་མ་རེད།  
 སྤྱི་ས་ཅོད་བན་གྱང་རྒྱལ་ཡིན། འཕན་པོ་མི་ཡི་མོ་ཁོག་རེད། གཡས་སོ་  
 གཡལ་ཞིག་ན་སྤྱུ་མ་འདྲ། བར་སྤྱང་ལྷོ་སྤྱིན་ཆགས་ནས་གདལ། སུང་བག་  
 ཆོ་ཉི་ཆོ་དཀར་མོ་ཡིན། བསགས་པ་ཞོར་གྱི་མོ་ཁོག་ཡིན། བང་མཛོད་སྤྱང་  
 བ་སྤྱུ་མ་འདྲ། སྤྱང་དཀར་ལ་གསེར་གྱི་མེ་ཏྲུ་འབྲུངས། ཁྱེ་བྱ་བྱར་གསེར་  
 གྱི་མེ་ཏྲུ་རེད། རྒྱལ་བྱ་དོན་གྱུ་བམོ་ཁོག་ཡིན། ཞོར་བྱ་སྤྱང་བ་སྤྱུ་མ་རེད།  
 དག་སྤྱི་ལུལ་ན་སྤྱུ་མ་ཁར་རྒྱས། སྤྱིང་དཀར་ཡར་སྤྱང་དབང་མིག་རེད།  
 རྩེ་གྱི་གུམ་བཅོན་པའི་མོ་ཁོག་ཡིན། རྒྱལ་ས་འབངས་ཀྱི་འཕྲོག་ན་སྤྱུ་མ་

འདྲ། ཡོད་གྱི་ལྟ་སྒྲུབ་རིང་མོ་ལ། སྒྲུ་རེ་བའི་ཚོན་ཐག་བརྒྱུད་བའི། གཤམ་  
 བར་རྒྱལ་འབངས་ཁ་སྒྲོད་ཡིན། སྒྲོ་རིག་པ་ཅན་གྱི་མོ་ཁོག་རེད། ཡིག་  
 ཚང་མེ་ལ་ཚོག་ན་སྒྲུ་མ་འདྲ། བཅན་བྲག་དམར་ལོགས་ལ་ལྷག་པ་ལྷགས།  
 སྒྲུར་ཆེན་གྱི་ལིང་འཕར་མ་རེད། བོན་སྒྲག་ལྟ་མེ་འབར་མོ་ཁོག་རེད། གསེར་  
 ཡ་ཐང་ག་ལྷོ་མོ་ཆག་ན་སྒྲུ་མ་འདྲ། བདུད་བྲག་ལ་ཕོ་རོག་ཚང་ན་ཉ་ལ། སྒྲུ་མ་  
 ཆེན་ཆུ་བོ་ག་ལྷང་འབྲམས་རེད། བན་བྲག་ན་དོ་རྩེ་འོ་ཁོག་རེད། ལྷགས་  
 ཡ་སྒྲར་གྱི་ཞགས་པ་ཆད་ན་ངན། རི་ལ་དཀར་དམར་མེ་དོག་འབྲུངས། དེ་  
 ཚོལ་ཆེ་མ་ལྟ་བུ་རྩི་རེད། སྒྲན་འཚོ་བྱེད་གཞོན་ལུ་འོ་ཁོག་རེད། བདུད་  
 ཅི་འི་ཆུ་མིག་སྒྲམ་ན་སྒྲུ་མ་འདྲ། ཤར་ཀུན་སྒྲུང་ལ་ལ་གསལ་སྒྲོན་གདལ།  
 བྲ་ཡུན་ཅེ་རྒྱལ་དཀར་མོ་རེད། ཀུན་ཤེས་ཐང་ཕོ་འོ་ཁོག་རེད། དདུལ་  
 དཀར་མེ་ལོང་ཆག་ན་སྒྲུ་མ་འདྲ། སྒྲིན་ལ་འཇའ་ཚོན་ལྷེ་མ་བ་བཀྲ། ལ་རི་  
 དོག་ཚང་ཁ་མོ་རེད། བཟོ་རྒྱལ་ཀམ་འོ་ཁོག་རེད། འབྲུལ་གྱི་ཐིག་གིང་  
 ཆག་ན་སྒྲུ་མ་འདྲ། མེ་ཆུ་འབྲུགས་པའི་མཁར་ནང་ལོར་བུ་དེ། སོ་ཡོན་ལིང་  
 ཀུན་དཀར་མོ་ཡིན། མགར་ལ་ཡུག་པའི་མོ་ཁོག་རེད། ཡོད་བཞིན་སྒྲོམ་བུ་  
 འཐོར་ན་སྒྲུ་མ་འདྲ། གཤམ་ལྟ་རིང་གོ་སྒྲུ་གཟན་ལ་འཇུམ། བྲག་སྒྲོ་ཁ་ཁ་  
 ག་ཤོག་རིང་མོ་ཡིན། རྒྱ་བེར་ནག་ཅན་གྱི་མོ་ཁོག་རེད། ཤོ་མིག་དམར་ཕོ་  
 ལོག་ན་སྒྲུ་མ་འདྲ། གཤོན་ལྟ་རི་སྒྲོན་མོར་བུ་བྲུག་སྒྲན། བྲག་གསེར་སྒྲོང་  
 སྒྲག་ག་ཁ་མོ་རེད། ཤར་འབྲུམ་ཁྱི་དཀར་མོ་འོ་ཁོག་རེད། མཁམས་པ་ལྷེ་

རྒྱུ་ཆད་ན་སྒྱུ་མ་འདྲ། །འདི་ནམས་དག་བཤད་མི་འདུག་གོ། །དེ་ཡོན་ཏན་  
ཅན་གྱི་མོ་ཁོག་ཡིན། །ཡུལ་ཆེན་དུག་གི་སྒོར་ཅིས་ལ། །རྒྱ་གར་དོ་རྩེ་གདན་  
སྟེང་ན། །ཆོས་དར་མའི་པོ་ཏི་བཅིགས་པ་དེ། །སང་གི་ཁྱི་ཐོག་གསེར་མགོ་  
ཡིན། །རྒྱ་གར་འཁྱེད་མོ་ཁོག་ལ། །ཆོས་ཁྲིམས་བུམ་པ་ཆགས་ན་སྒྱུ་མ་རེད། །  
སྒྱུ་མ་བཤད་པས་དགོས་པ་མེད། །རྒྱ་ལྷང་ལྷང་འབར་བའི་ཕོ་བྲང་ན། །ཅིས་  
མཁས་པས་གཤམ་ཅེ་བཞག་ནས་གདལ། །བྱ་རལ་གསེར་བཀྲ་ཆེན་པོ་རེད། །  
རྒྱ་ནག་ཁྲིམས་གྱི་མོ་མདུད་ཡིན། །དབུས་གྱི་ཀུ་རུར་གསེར་འཛེར་བརྒྱབ། །  
མཆོ་དུང་འོད་དཀར་མོ་ཡིན། །པོད་འཛམ་པ་ཁྲོམ་གྱི་མོ་ཁོག་རེད། །མོན་  
ཁ་ཤ་སྒྱུག་རིར་ཅི་ཤིང་རྒྱས། །མར་ལྷང་ཁྲོམ་གཞུ་རྒྱས་རེད། །མོན་ཁ་ལ་  
ཡུག་པའི་མོ་མདུད་ཡིན། །རིག་སྒྱུ་མ་འདུས་པའི་རྩ་བ་ན། །ཡག་རོག་པོ་ཞིག་  
ལུང་བས་བརྟེན་ནས་གདལ། །སྒྱུར་དཀར་ཁ་ཆོས་ལྷན་དམར་ཡིན། །མཛེང་བ་  
ལ་ནག་མའི་མོ་མདུད་ཡིན། །བྱང་མཆོན་ཆ་སྒྲུངས་པའི་གུར་ནང་ན། །མཆོན་  
ངར་མར་སྟེང་འཛེར་བརྒྱབ་ནས་གདལ། །དེ་ནི་ཅེ་ར་བང་ཐོག་ཡིན། །ཏྲ་  
ཅག་ལ་སྒྱེས་གྱི་མོ་མདུད་ཡིན། །དེ་ཕྱི་སྒྲེ་ཆོ་དུག་མོ་ཅིས་ཡིན། །ནང་རུས་  
ཆེན་བདུན་གྱི་མོ་ཁོག་ལ། །མཁའ་ལ་གཡུ་འབུག་གསེར་གསོག་རྒྱས། །ཁ་  
ལང་གསེར་གསོག་ཆེན་མོ་ཡིན། །སྤོང་སྒྲ་མེད་རྒྱལ་པོའི་མོ་མདུད་ཡིན། །ཆེ་  
རྒྱུད་གདན་ས་མ་གྲོར་དགོས། །ཤིང་ལྷོན་པར་བྱུང་ཆེན་གསོག་པ་བརྒྱུད། །  
སྒྲོ་ཆེ་བྱུང་གསོག་ལྷེས་པ་ཡིན། །དབྱ་དར་མ་རིན་ཆེན་མོ་མདུད་ཡིན། །མཐུ་

ཆེན་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་བཟང་། །བྱང་ནགས་གསུམ་བསྐྱེད་མའི་ལྷ་རྫོང་ན།  
 ཏྲ་མདོ་བ་ཆས་ཀྱིས་བརྒྱན་ནས་གདལ། །ཐང་ལེ་ཁྱིའོད་དཀར་མོ་ཡིན། །སྒྲ་  
 འོད་དེ་གུང་རྒྱལ་མོ་མདུད་ཡིན། །ཐུག་གི་གསེར་ཅི་མ་པོ་བཟང་། །རྩ་རི་ཁ་  
 མོར་འབྲོང་བུ་འགྱིངས། །རུ་སོད་མཆོང་གཤོག་སྒྲུག་པོ་ཡིན། །འབྲུ་དཀར་  
 བ་གཅིག་རྒྱག་མོ་མདུད་ཡིན། །འབྲུ་ཡི་དཔའ་སྤང་མ་ཤོར་བཟང་། །རྩོ་རྩེའི་  
 བྲག་ཅེར་རྒྱོད་ཆོང་བཅིགས། །མ་ཆོ་རུང་གཤོག་དཀར་མོ་ཡིན། །དཔལ་  
 ཁམས་བ་སྟོང་ཡག་མོ་མདུད་ཡིན། །མྱོག་དཀར་འཛེར་མ་མ་ལུང་བཟང་། །  
 ཤིང་ཅན་སྤྲོད་པོར་སྒྲག་ཆེན་ངར། །སྒྲེར་ཐོག་རྒྱག་མོ་འབྲུག་སྟིང་ཡིན། །  
 སྤང་རམ་གཞུང་རྒྱལ་མོ་མདུད་ཡིན། །མཆོག་དཀར་གཞུང་མ་ཆད་བཟང་།  
 གངས་ལ་སེང་གོ་དཀར་མོ་འགྱིང་། །རྒྱང་སྤར་གསེར་གཤོག་ཆེན་མོ་ཡིན།  
 སྒོ་ལྷ་སྒྲེ་དཀར་པོའི་མོ་མདུད་ཡིན། །སེང་གཡུ་རལ་བྱིན་རྒྱུ་མ་རེད། །གཡུ་  
 རལ་ཆད་བ་མེད་ན་བཟང་། །དེ་རུས་ཆེན་བདུན་གྱི་མོ་ཁོག་ཡིན། །དག་ཅེས་  
 པའི་མོ་མདུད་ཉེར་ལྷ་ནི། །གཅིག་གི་སད་ཁམས་ལྷ་ང་ཟེ་དེ། །ཤར་ལུས་  
 འཕགས་པོ་ཡི་མོ་མདུད་ཡིན། །ཁུ་ཆོ་པོའི་སྒྲེ་རྒྱབ་བཟང་པའི་མོ། །རྒྱལ་པོས་  
 གདན་ཐོན་ལུལ་འཁོར་བརྟན། །ཤར་ལུས་འཕགས་སྒྲེ་མདུད་མ་ཤེས་ན། །  
 མི་སྒྲེ་སྒྲོ་བཟང་ངན་མི་ཤེས་སོ། །གཉིས་ཀྱི་བྱ་རལ་སྤ་འགྲུག་དེ། །བར་སྒོ་  
 ཁྱི་གཉིས་ཀྱི་སྒྲེ་མདུད་ཡིན། །ཁོལ་པོ་གསོས་བ་ལས་ལ་རེག །ཁོལ་མོ་གསོས་  
 པ་གཡོག་ལ་མཁས། །སྒོ་ཁྱི་རྒྱག་ལས་བྱས་པ་ཡིན། །གསུམ་གྱི་དམུང་ག་

མཚོང་རྟ་དེ། རྒྱལ་ཁུ་མཐིང་གི་སྐྱོང་ཡིན། མི་ཆེ་གསུམ་གྲོས་ལ་འདུས་  
ས་ཡིན། རྒྱུང་གསུམ་ཅེད་མོ་ཅེ་བ་ཡིན། རྟ་མཁྱོགས་གསུམ་རྩ་མ་འདྲིལ་  
བ་ཡིན། རྟ་མཁྱོགས་དག་ལ་ཆས་བ་ཡིན། རྟོ་གསུམ་ཡུ་བ་བརྒྱུངས་བ་  
ཡིན། གསུམ་གྱི་གྲོག་དམར་ལྷི་བུར་དེ། འོག་རྟ་མཁྱོགས་པའི་མོ་མདུང་  
ཡིན། བཞི་ཡི་སྒྱུར་དཀར་བུ་བརྒྱག་དེ། འཛམ་བུ་གླིང་གི་མོ་མདུང་ཡིན།  
གཡང་གི་རུ་མ་མ་ཆད་ཅིང་། ལྷག་གི་གསེར་ཅི་འཕེལ་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚོད་  
བྱས་ན་དཔོན་གྲུབ་ཐོབ་བ་ཡིན། རང་ལོར་རྒྱ་བས་ལྷག་བ་ཡིན། ཡང་བཞི་  
ཡི་ཅེ་ར་མང་ཐོག་དེ། ལྷག་པོ་ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་ཡིན། བཞི་ཡི་སྐྱུམ་རྒྱུ་དུ་  
བརྒྱག་དེ། ལྷག་པོ་རྒྱ་རྒྱན་ཆད་མེད་ཡིན། བཞི་ཡི་དཔོན་བརྒྱག་བཟང་དེ།  
ལྷག་པོ་མཚོ་ཆེན་འབྲིལ་བ་ཡིན། མོ་རྒྱལ་འདི་འདྲ་མ་ཤེས་ན། ལྷག་པོ་ཨ་  
འོང་མི་ཤེས་སོ། ལྷ་ཡི་སྐྱུམ་ནག་སེ་སྟོད་དེ། ལྷོ་ཐང་ཤིང་ལ་བྱིན་གསྟོད་ལ་  
བསྟོར། འདྲེ་རན་བར་ཆད་མེད་བ་ཡིན། གཏོན་རན་ཕྱི་ལྷས་མེད་བ་ཡིན།  
འདྲེ་གཏོན་ལམ་དུ་རྒྱུད་བ་ཡིན། ལྷག་གི་སྒྱུར་ལྷན་ར་བརྒྱག་དེ། ལྷམ་མོ་  
མཚོང་སྟོང་སྐྱུག་མོ་ལ། རྒྱན་དུག་ལུས་ལ་རྫོགས་བ་ཡིན། བྱི་བཙུན་མོ་དག་  
ལ་མཛདས་བ་ཡིན། བཞོན་ལ་ཞོ་ཤེ་མང་བ་དང་། མ་འབྲི་རྫོད་གསུམ་ཁུ་  
ཆ་འཕེལ། ལྷག་གི་ནག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་དེ། རོལ་པའི་མཚོ་བདུན་སྒྲ་མདུང་  
ཡིན། རྒྱུང་མ་ཁུ་དཔལ་འཕེལ་བ་ཡིན། ཟས་ལོར་བྱིས་གཡང་ཆགས་བ་  
ཡིན། རྟ་མཁྱོགས་དཔེ་ཤན་འབྱེད་བ་ཡིན། བདུན་གྱི་ཡར་དིང་སྒྱུར་བརྒྱག་

དེ། །དབུས་གསེར་རི་ལྷན་པོའི་སྤྲ་མདུད་ཡིན། །གཙོ་བོའི་སྤྲོ་ས་ཟིན་པ་  
 ཡིན། །གཞིན་རྩ་དག་ལ་དཔའ་བ་དང་། །མི་པོ་སྤྲོ་ཐབས་མཐས་པ་ཡིན། །  
 རྩ་པོ་བང་ལ་མཐོགས་པ་ཡིན། །པ་སྤྲོ་སྤྲོ་ལག་རྒྱས་པ་ཡིན། །བྱེས་སྤྲོ་  
 འབྲོང་རུག་ཤིབ་པ་ཡིན། །ཡང་བདུན་གྱི་གྲག་མོ་མཐལ་དཀར་ན། །འུ་ཚོ་  
 དག་ལ་དཔའ་བ་ཡིན། །བརྒྱད་གྱི་གལ་བར་ཐོང་དཀར་དེ། །རྩལ་བ་ལང་  
 སྤྲོད་གྱི་སྤྲ་མདུད་ཡིན། །གཙོ་བོས་མདུན་གཞིན་པ་ཡིན། །སྤྲོ་བོས་བཀའ་  
 རྒྱས་ཐོབ་པ་ཡིན། །སྤྲང་ཆེན་སྤྲོ་བས་དང་ལྷན་པ་ཡིན། །ལྷགས་བེའུ་ལྷག་  
 འཕེལ་བའི་གཡང་ར་ཡིན། །ཡང་བརྒྱད་གྱི་སྤྲོ་བ་དེ་གཡུ་ཐོག་དེ། །མི་ཆེན་  
 མི་འགྱུར་གསེར་ཐམ་ཡིན། །སྤྲོ་ཆེན་མི་འགྱུར་གཞུང་ཤིང་ཡིན། །རི་ཆེན་མི་  
 འགྱུར་བརྟན་གཞི་ཡིན། །རྒྱས་ཆེན་མི་འགྱུར་རྗེའུ་ཡིན། །ཡང་བརྒྱད་གྱི་བག་  
 ཆེན་བྱ་ལྷན་དེ། །མེ་ཤེལ་ཉི་མའི་སྤྲ་མདུད་ཡིན། །བན་དམ་པ་ཆོས་གྱི་སྤྲོ་མ་  
 ཁང་དུ། །ཆོས་གྱི་ཉི་མ་ཤར་པ་ཡིན། །བན་ཆོས་བྱེད་ཆོས་ལ་མཐས་པ་ཡིན། །  
 འཆད་ན་རིག་པའི་མེད་གེ་ཡིན། །བསྐྱབ་ན་གྲུབ་པའི་དབང་ལྷག་ཡིན། །ཆོས་  
 དར་བར་བྱེད་པའི་དག་སྤྲ་ཡིན། །དགྲུ་ཡི་བག་ཆེན་བྱ་ལྷན་དེ། །རྩ་ཤེལ་སྤྲ་  
 བའི་སྤྲ་མདུད་ཡིན། །སྤྲོ་ག་གཟིག་འོལ་མོ་སྤྲིང་ཆེན་ན། །སྤྲོ་བ་གཤེན་རབ་  
 གདན་ཁྲི་ལ། །དུང་གི་ཡི་གེ་གཡུང་དུང་བཀ། །གཤེན་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་  
 མོ་མདུད་དེ། །ཁོན་དར་བར་བྱེད་པའི་དག་སྤྲ་ཡིན། །བརྩུ་ཡི་ལུ་ས་ཙོང་བན་  
 དེ། །འཕེན་པོ་སྤྲར་མའི་སྤྲ་མདུད་ཡིན། །ཤར་གྱུན་སྤངས་གསལ་བའི་ནམ་

མཁའ་ལ། ལྷན་ཐུན་འབུམ་གྱི་ཆོས་སུ་བཀོད། མི་གངས་འཕེལ་བའི་དག་  
 སྤྱིན། མི་གངས་ལྷན་མ་བཞིན་དུ་མང། ཡང་བརྩེ་ཡི་བག་ཆོ་བྱ་ཆེན་དེ།  
 བརྩན་པོ་གཞུང་ཡི་སྤྱ་མདུད་ཡིན། བྱ་སྤྱིང་མཛེས་པ་གནས་མགོ་མཐོ། ཏྲ་  
 ཐོ་ཡག་པ་གང་ཐང་ཆེ། བརྩེ་ཡི་ཁ་ལང་གསེར་ཐིག་དེ། ལྷན་གྲགས་ཆེ་བའི་  
 མོ་མདུད་ཡིན། གནས་ལ་གཡུ་འབུག་སྤོན་མོ་གྲགས། ས་སྤྱིང་ཟེལ་གྱིས་  
 འོན་པ་ཡིན། ཡང་བརྩེ་ཡི་དྲངས་མ་གཡུ་སྤོན་དེ། ཁེ་ཁེ་དགྲང་སྤོན་རྒྱལ་མོ་  
 ཡིན། རམ་མཁར་འབུག་གི་ཏྲ་ལ་ཞོན། དདུལ་དཀར་མེ་ལོང་ཕྱག་ན་  
 བསྐྱམས། མོ་སྤོན་ཡོངས་ལ་ཁ་འཛིན་མཛད། མོ་བརྩན་མི་ཉེས་ཇི་འུ་ཡིན།  
 བརྩན་གཅིག་གི་རིང་སྤོན་ཆེ་དེ། བྱང་སྤོན་མི་སྤོན་གྱི་སྤྱ་མདུད་ཡིན། ལྷུ་ཡི་གསེར་  
 མཁར་སེར་པོ་ལ། ཡེ་རྩེ་སྤོན་པའི་སྤྱུ་སྤོན་བརྟེན། མི་ཆེ་ཆུ་བས་རིང་བ་  
 ཡིན། མི་འབུ་གསེར་བས་བཟང་བ་ཡིན། ཡང་བརྩན་གཅིག་ལྷགས་ཁྱ་སྤོན་  
 མོ་དེ། དག་སྤྱིང་གནས་མལ་བདེ་བ་ཡིན། མི་ཐོ་དབང་བའི་དབང་དར་  
 ཡིན། ཏྲ་ཐོ་མཁྱེན་པའི་མཁྱེན་པ་དར་ཡིན། དག་སྤྱིང་འཆི་མེད་ཀུན་ཐུབ་  
 ཡིན། ཡང་བརྩན་གཅིག་རྒྱང་སྤྱིང་དུང་སེང་དེ། རང་སྤོན་མི་ཉེས་དག་སྤྱིང་  
 ཡིན། རན་ལང་པ་དགྲུ་ཐུབ་མོ་མདུད་ཡིན། དག་ལས་རྒྱལ་བའི་དབང་  
 ཏྲགས་ཡིན། བརྩན་གཉིས་སོ་ཡོན་ནག་མོ་དེ། མཐའ་ལྷགས་རི་ལྷ་ལྷུང་སྤྱིང་  
 མདུད་ཡིན། དག་ལ་གོང་བ་ལོན་པ་དང་། དག་བལ་གཞོབ་རྟོག་པས་  
 བརྩེས་པ་ཡིན། བརྩན་གཅིག་དིང་དིང་དུལ་དཀར་དེ། མཐོན་པོ་དགྲང་གི་



སྒྲིབ་མཐུད་ཡིན། མེད་ལ་ཡོད་གཅིག་སྒྲིབ་པ་ཡིན། སྒྲོང་ལ་གང་གཅིག་སྒྲིབ་  
 པ་ཡིན། དག་ལ་ཤ་ལན་ལོན་པ་ཡིན། བདུད་ལ་གཡུལ་གཅིག་རྒྱལ་པ་  
 ཡིན། དམ་ལ་གོང་བ་ཟེན་པ་ཡིན། ཐིག་རྒྱག་ལ་ཁར་བྲིས་པ་ཡིན། ཁྱོད་  
 རྒྱག་ལྷོག་པས་གཞོན་པ་ཡིན། དགུང་སྒྲོན་ཀླན་ལ་བྱུང་པ་ཡིན། མོ་དེ་རྣམས་  
 དེ་ཚུགས་བབས་པ་ན། གཡས་པ་སྒྲུན་གོང་བ་ཞོར་གྱིས་བཟུང་། གཡོན་  
 རྩེ་སྒྲིབ་གོང་བ་ཞོར་གྱིས་བཟུང་། སྒྲོང་དག་པོའི་གོང་བ་དབྱུང་གིས་བཟུང་།  
 ཤི་དཔུལ་བའི་གོང་བ་ཚོས་གྱིས་བཟུང་། གདུག་པ་དམ་རྩེ་རྩེ་ལ་པོ་ལས།  
 ཡེ་རྩེ་སྒྲོན་པའི་རྒྱལ་སྒྲིབ་ཐོབ། ཅི་བདེ་ཅི་ཡི་མོ་ལ་བཟང་། སྐྱེ་བའི་  
 ཞིང་མདའ་དེ་འཇམ། དག་ཟུན་གཉིས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། གཞི་བརྒྱུངས་པ་  
 གསེར་གྱི་པ་བོང་འདྲ། ཁོང་དྲང་བ་ཉག་ཟུན་མདའ་དང་འདྲ། ཅི་མཐོ་བ་  
 དཔག་བསམ་ཤིང་དང་འདྲ། དེ་གཅིས་བའི་མོ་མཐུད་ཉེར་ལྷ་ཡིན། མོ་ཡི་  
 རྩེ་གསལ་གྱི་སྒྲུང་བཞི་ནི། གཅིག་ལ་སྒྲུམ་མཉམ་བབས་པ་ན། ཤར་གྱི་སྒྲུང་  
 མ་སྒྲུག་སྒྲུ་ཡིན། བཞི་ཡི་སྒྲིང་གི་རྩེ་བེ་དེ། རྩེ་ཡི་གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོ་ཡིན།  
 བརྒྱད་གྱི་སྒྲིང་གི་གཡུ་བར་དེ། རྩེ་གྱི་སྒྲུང་མ་བྱ་དམར་ཡིན། བརྒྱུ་ཡི་སྒྲིང་  
 གི་བྱ་ཡུན་དེ། བྱང་གི་རྩུས་སྒྲུལ་རྒྱ་པོ་ཡིན། ཤར་གྱི་སྒྲུང་མ་བབས་པ་ན།  
 རབ་ཆད་མེད་བཀྲ་ཤིས་སྒྲུང་མ་ཡིན། རྩེ་སྒྲུང་མས་གཡང་ལ་སྐྱ་གེ་མེད།  
 རྩེ་སྒྲུང་མས་མི་ནད་ལྷགས་གོང་མེད། བྱང་སྒྲུང་མས་དག་དང་སྒྲིམ་འབྲུང་།  
 དེ་ནས་ལ་ཉེ་རྣམ་བཞི་བཤད། གཅིག་གི་སྒྲིང་རྩུ་གཡུ་བར་ན། སྒྲུལ་ནག་

ཤར་གྱི་ལ་ཉེ་ཡག །བཞི་ཡི་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་ན། །བྱ་དམར་ལྟོ་ཡི་ལ་ཉེ་ཡག།  
བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཆོལ་ཆོལ་ན། །སྟག་སྟུ་རུ་བ་ཀྱི་ལ་ཉེ་ཡག །བརྩ་གཅིག་རྩེ་  
ཁ་ལང་ན། །གཡུ་འབུག་བྱང་གི་ལ་ཉེ་ཡག །ལ་ཉེ་བཟང་བོ་དེ་བཞི་སྟེང་། །  
ལོ་གཅིག་ནང་དུ་མི་མི་འཆི། །བྱ་དཔའ་བོ་སྟོག་དམར་ལྷི་བྱར་ཡིན། །རྟ་  
མགྲོགས་པ་རེ་སེ་ཀྱེ་ཡིན། །མཛོན་ཆོན་པོ་ཤིང་ཅེ་རུ་དཀར་ཡིན། །དེ་བས་  
དཔའ་མགྲོགས་རྩོག་གསུམ་ནི། །སང་གསུམ་ཆེ་བ་ཉོར་དྲུག་དང་། །ལི་ཡན་  
རྩེ་བྱི་གཤོག་ནག་དང་། །ཅི་ར་གནམ་ལྷགས་རལ་གྱི་གསུམ། །དཔའ་  
མགྲོགས་རྩོག་གསུམ་མོ་ཁོག་གཅིག་ལ་ཆང་། །བཟང་ཆེ་བས་སོས་དལ་ཁྱིགས་  
པར་དཀའ། །མགར་གྱིས་མ་བརྟུངས་མཛོན་གསུམ་ནི། །གནམ་ས་ཏག་སོ་  
སྟུར་ཆེན་དེ། །གནམ་ལྷགས་ངར་མའི་སྟུར་ཡིན། །སྟེར་ཐོག་དཔའ་བོ་མདུང་  
བཟུང་དེ། །རྩོམ་མོ་བྱང་རྒྱལ་མདུང་མོ་ཡིན། །ཅི་ར་སྟེང་ཐོག་བྱ་བ་དེ། །རྩོན་  
པོ་གནམ་ལྷགས་རལ་གྱི་ཡིན། །མ་ཡིས་མ་བྱིན་ཟས་གསུམ་ནི། །ཆོལ་ཆོལ་  
གྲུ་འབྲི་མར་སེར་མོ་དང་། །བག་སྟེར་བྱང་མའི་སྟེང་ཅི་དང་། །སྟེམ་དཀར་  
བཅེན་ཆུ་ཤེལ་འོ་མ་གསུམ། །མི་བྱའི་དགའ་སྟོན་རྣམ་གསུམ་ནི། །ཟས་ཁིམ་  
པོ་ཆོལ་ཆོལ་གྲུ་དང་། །གཏམ་སྟོན་བ་ཡ་ཁད་ཅེ་མ་དང་། །སེམས་དགའ་བ་  
དིང་དིང་གཤུ་ཡིན། །བྱད་དོན་རྣམ་བཞི་བྱ་བ་ནི། །སོ་ཡི་ཁ་བྱར་དམ་བྱད་ཡིན། །  
སོ་ཡི་ཁ་བྱར་བདུད་བྱད་ཡིན། །སོ་ཡི་རྟིང་བཤལ་བན་བྱད་ཡིན། །སོ་ཡི་རྟིང་  
བཤལ་བོན་བྱད་ཡིན། །ལ་ལས་སང་ལྷ་གྲུང་རྒྱུང་བོན་བྱད་ཟེར། །སྟོང་རྣམ་

བཞི་བྱ་བ་ནི། རོ་སྟོང་རྒྱུ་བྱ་དག་གི་སྟོ། ། རྒྱུ་མ་ཟེ་རྒྱུ་བྱ་དག་གི་སྟོ། །  
 རྩ་སྟོང་སྟོ་བརྒྱུ་འབྲི་གཡག་སྟོ། ། བྱ་རལ་སྟོ་བརྒྱུ་བྱི་ཕག་སྟོ། ། མཚའ་རོ་  
 རྩ་བཞི་བྱ་བ་ནི། བྱ་རལ་རན་རིགས་བྱིམ་པའི་མཚའ། ། རྒྱུ་མ་བྱ་མུང་  
 རྒྱུ་མ་ཁྱུ་མིག་མཚའ། ། རྩ་སྟོང་རན་རིགས་མཚའ་ལོག་ཡིན། རོ་ཡོན་རྟིང་  
 བཤལ་ཆོས་མཚའ་ཡིན། ། དུ་སྟོ་ཡག་པ་སྟེ་བཞི་ནི། ། དགོ་ཆང་དང་ནི་བྱ་  
 ཡུན་དང་། རྒྱུ་རྩུ་ར་ལ་བརྒྱུ་པ་དང་། རྒྱུ་གྱི་ལུང་དཀར་སང་བཞི། །  
 གར་བབས་འཕན་ཁ་བྱེད་པ་ཡིན། ། ལི་ཡན་རྩུ་དོ་ལི་ཡན་དང་། རོ་སང་སྟོ་  
 སང་འདི་བཞི་པོ། ། སྟེ་སྟེ་མ་བྱེད་རྩུ་པ་འཕྲོར། ། བྱ་སྒྲིང་མཁར་ཆགས་  
 བརྒྱ་གསུམ་བཤད། ། གཅིག་ཁྱུང་ཁྱུང་དཀར་མོའི་གདན་ས་དེར། ། རྒྱུ་པར་  
 བྱུང་ན་ཁྱུང་ཁྱུང་ཡིན། ། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་གདན་ས་ལ། ། བྱ་སོ་སོ་བབས་པ་  
 རིམ་སྒྱུར་ནས། ། གཉིས་ལ་བྱ་མེད་རུར་པ་ཡིན། ། གསུམ་ལ་བྱོད་མུར་ཁྱུ་བྱ་  
 ཡིན། ། བཞི་ལ་བག་ཆོ་ཐེ་བཡིན། ། ལྷ་ལ་སོ་ཡོན་ལྷག་པ་ཡིན། ། ལྷག་ལ་སྒྱུར་  
 བྱུང་མ་བྱ་ཡིན། ། བདུན་ལྷི་མུར་མ་སངས་འབྱེད་བྱ་ཡིན། ། བརྒྱུད་རྩ་སྟོང་  
 བརྒྱུ་ཅན་བྱུང་སྒྲག་ཡིན། ། དགུ་ས་ཅ་ལ་རམ་གོ་བོ་ཡིན། ། བརྒྱ་མུ་ས་དུལ་  
 མདངས་བྱ་རྟོད་ཡིན། ། བརྒྱ་གཅིག་སང་དེ་ཨ་ཁད་ན། ། རྒྱུ་པོ་པ་སང་ཡི་  
 ཟེ་ཡིན། ། བརྒྱ་གཉིས་རྩ་སྟོང་སོལ་བྱ་ཡིན། ། བརྒྱ་གསུམ་ཁྱུང་བརྒྱུང་ཁྱུང་  
 ཆེན་ཡིན། ། རང་སང་ལྷུ་ས་ལོག་ན་བཟང་། ། བྱི་ས་རང་ས་བརྟེན་པ་སོགས། །  
 ལྷུ་ས་ལོག་བྱུང་ན་ཅི་ལའང་རན། ། ཡང་ལྷ་རྟགས་བརྒྱ་གསུམ་བཤད་པ་ནི། །

བཅུ་གསུམ་ཡར་དིང་སྒྲུང་བ་འོད་ལྷན་ཡིན། །བརྒྱད་བྱ་བུར་ཤུ་གུ་ཐུབ་པ་  
ཡིན། །ལི་ཡན་ངང་པ་བསྐྱུགས་ལྷན་ཡིན། །ཤ་ཆོ་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་ཡིན། །  
སྒྲིར་བྲིམ་སྒྲུ་མ་ལྷུ་མ་མཛེས་ཡིན། །དུས་དབལ་གླིང་བཞི་འདོད་འཛོའི་བ་མོ་  
ཡིན། །གལ་བར་བུ་ཆེན་གླིང་པོ་སྟོབས་ལྷན་ཡིན། །དགུ་སང་རྩ་གྲུང་བརྒྱད་  
གཤེན་རབ་ཡིན། །སང་མ་ཟེ་ཤར་ལྷ་འོད་ལྷན་ཡིན། །སྒྲུམ་མ་ཟེ་ལྷ་ལྷ་བདལ་  
དུག་ཡིན། །ཁྱིང་མ་ཟེ་རུབ་ལྷ་འབྲུལ་ཆེན་ཡིན། །སྟོ་མ་ཟེ་བྱང་ལྷ་རྩལ་མེད་  
ཡིན། །དིང་དིང་རྒྱུང་མི་ལྷན་དཀར་ཡིན། །དེ་ནི་ལྷ་རོ་བཅུ་གསུམ་ཡིན། །  
གཞན་ཡང་ལྷ་དུ་དུ་གཙུག་གསུམ་གྱི། །བླ་མ་དུང་བཅུ་གཉིས་དག་དང་ནི། །  
ཀ་བཞི་གཤུང་བརྒྱད་མི་འདྲ་གཞན། །གཞན་ཡང་སྡེ་ཆོན་སྒྲུ་ཆོགས་པའི། །  
ནམ་གངས་ཤིན་ཏུ་མང་ཡོད་ཀྱང་། །ཐམས་ཅད་བཤད་པར་མི་རུས་པས། །  
མོ་གཞུང་གཞན་ལས་ཤིས་པར་བྱ། །གཞན་ཡང་མ་སང་འབྲུལ་ཆད་དང་། །  
མ་བརྒྱད་དང་མགོན་ཡག་བཅུ་གསུམ་དང་། །ཁོར་རོ་སྒྲུམ་རྩུ་ཅུ་གསུམ་སོགས། །  
མགོན་ལྷ་ལ་སོགས་སོ་སོ་ཡི། །སྐབས་སུ་འཆད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །ད་སྡེ་  
ཆོན་དེ་དག་བསྐྱུས་པ་ན། །དྲངས་མ་སྟེགས་མ་གཉིས་སུ་འདུས། །དེ་ནི་  
མདུད་རྫོང་སྐབས་སུ་བཤད། །དྲངས་མ་ཡིན་ཀྱང་བརྒྱག་ངན་ན། །བཟང་  
པོ་ངན་པར་གྱུར་པས་ངན། །ཁྱུང་པར་སྟོན་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་བདུད་ཆད་ཡིན། །  
གཡས་བརྒྱག་བཟང་ལ་གཡོན་བརྒྱག་ངན། །མ་བརྒྱག་ངན་ལ་བྱ་བརྒྱག་  
བཟང་། །ཁོག་བརྒྱག་འབྲིང་ལ་དེ་ལ་ཡང་། །བཟང་ངན་རིམ་པ་སྒྲུ་ཆོགས་

འོང་། །དེ་ནམས་མདུད་རྫོང་སྐབས་ལས་ཤེས། །མོ་ངན་པ་ཡིན་ཀྱང་བརྒྱག་  
 བཟང་ན། །མུན་ལ་སྒྲོན་མེ་ཆེས་གསལ་ལྟར། །བཟང་པོ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
 ཡོད། །དཀར་པོ་བགད་པའི་སོ་ཞོ་ལས། །ནག་པོ་འཇུམ་པ་ཁ་ཐོ་ཆེ་ནས་བྱ། །  
 མོ་ངན་ཀྱང་གདབ་ཡུལ་བྱ་བ་ལ། །ལྟོས་ན་བཟང་པོར་འགྱུར་བ་ཡོད། །གསོད་  
 གཅོད་མཐུད་དུ་གསྐྱུར་ལ། །སོ་སའི་སྒྲ་ཏགས་བཟང་བ་བཞིན། །མོ་བཟང་  
 ཡང་འདི་བས་ཡུལ་ལ་ལྟོས་ནས། །གནས་སྐབས་དེ་ལ་ངན་བ་ཡོད། །དཔེར་  
 བ་བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྟེའི་རིགས། །ནད་པ་དག་ལ་ངན་བ་བཞིན། །མོ་ཁས་  
 དྲག་ཁས་དམན་དབྱེ་བ་ལ། །འཕྲོར་རིགས་བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྟེ་ཅན། །དྲག་  
 སྒྲ་སྟེར་མའི་སྒྲ་མདུད་དང་། །དཔེར་རིགས་ཐམས་ཅད་ཁས་དྲག་ཡིན། །  
 རྩར་རིགས་སྒྲུམ་ངན་ཁས་དམན་ཡིན། །མོ་ལ་སྒྲུ་སྒྲུམ་དབྱུང་བ་ན། །ཁ་  
 བརྒྱག་གཡས་བརྒྱག་ཆོལ་ཆའི་རིགས། །སྒྲུམ་ལ་མ་བརྒྱག་གཡོན་བརྒྱག་  
 དང་། །བྱ་རལ་ལི་ཡན་ཐང་ལེ་ནམས། །སྒྲུ་པོའི་རིགས་ཡིན་གཞན་བཏང་  
 སྒྲོམས། །རང་སར་སྒྲུ་པོ་བྱིས་སྒྲུམ། །གཡང་ཤོར་བྱིས་དེ་ཕྱོགས་ཀྱི། །  
 འགོང་པོ་བསེ་རག་གཞོད་པ་དང་། །བྲན་ལ་སོགས་པའི་གི་འདྲེ་གཞོད། །མོ་  
 ཡི་དཀར་ནག་བཤད་པ་ན། །ཡེ་ཡི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་ཆོད་དཀར། །ངམ་གྱི་  
 ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་ཆོད་ནག །སྟད་ཡོད་སྟད་མེད་བཤད་པ་ན། །སྟད་ལ་  
 རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། །ཆོབ་མེད་པའི་མེད་དང་གཅིག །ཁྲོན་པ་མེད་པའི་ཚུ་  
 དང་གཉིས། །མ་བརྒྱུས་པ་ཡི་དོང་དང་གསུམ། །འདི་གསུམ་བྱུང་ན་སྟད་

ཐོག་ཡིན། །བརྒྱུག་ཁ་བར་དང་ལན་བར་པའི། །སྟང་ཁ་ཐོག་ན་ལང་པ་ཡིན།།  
ལའོར་ལུགས་གཡས་ལའོར་ཐམས་ཅད་བཟང་། །གཡོན་དུ་ལའོར་བ་དེ་ལས་  
ཞན། །སྟང་མེད་མོ་མཐུད་བཟང་པོ་གཅིག་ །བབས་དགོས་ས་གཅིག་ཏུ་ཁེར་  
བབས་ན། །དེ་ལ་སློ་གཏད་གཅིག་ཆོག་ཡིན། །མོ་མཐུད་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་  
ལ། །སྟང་ཀྱིས་ཐོག་ཏུ་མི་རུང་ངོ་། །གཡུང་དུང་རིགས་ལ་སྟང་སོང་ན། །ལ་  
སོད་ཤོར་བའི་རྒྱལ་པོ་འདྲ། །རྒྱས་ལ་མཐོ་ཐབས་ག་ལ་ཡོད། །སང་ལ་སྟང་  
སོད་ཁ་འོད་ཉམས། །དེ་ལ་བཀྲག་གསལ་ལྡན་དུས་མེད། །བཏགས་པར་  
སྟང་སོང་ལྷག་ཕྱན་ཟོར་བས་བརྒྱས། །དེ་ལ་འབྲས་དུག་སློན་དུས་མེད། །དར་  
མ་ཆེ་ཐུག་ག་ལ་འཁྱོལ། །ཡར་བར་སྟང་སོང་ཁ་ཤོད་སྟེ་ལ་ཟེན། །དེ་ལ་  
འཕུར་ཐབས་ག་ལ་ཡོད། །འབྲེལ་བར་སྟང་སོང་རི་པོ་གྱར་ཁྱིམ་དེབས། །དེ་  
ལ་མཐོ་དུས་ག་ལ་ཡོད། །བརྒྱུག་ལ་སྟང་སོང་གཡང་གི་ཟོ་ཞབས་དོལ། །དེ་  
ལ་ལྷ་གཡང་ཆགས་ཐབས་མེད། །འཐོར་བར་སྟང་སོང་རི་དུགས་ཁྱིམ་དེད་  
འདྲ། །དེ་ལ་དལ་ཐབས་ག་ལ་ཡོད། །བྲག་ལ་སྟང་སོང་སྒོང་རྒན་རྩ་བ་འབྱེལ།།  
དེ་ལ་ཡལ་ག་སློན་དུས་མེད། །སངས་ལ་སྟང་སོང་སྤང་བྲག་ཤོགས་ཆད་འདྲ།།  
དེ་ལ་སྤང་རྩ་ལོན་དུས་མེད། །བཟང་ལ་སྟང་སོང་སྤྱིད་པའི་རེ་ཐག་ཆད། །  
བན་ལ་སྟང་སོང་སུག་བསྐལ་རྒྱན་མི་འཆད། །སྟང་ཀྱིས་ཐོག་ན་ཅི་ལའང་  
བན། །རིམ་གྲོ་ཆོ་ཆོས་འདོན་བྱ། །དམོ་མཐུད་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ལ། །ཡོད་  
ཁམས་སྤྱིད་པ་ཐམས་ཅད་དེ། །རྩ་བ་གཅིག་ལ་བསྐྱས་པ་དེ། །ཡེ་ཡོད་སྤྱིད་

པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །དེ་དྲིང་དྲིང་ཁ་ལེ་དགར་པོ་ཡིན། །མེད་ཁམས་སྒྲིང་པ་  
 ཐམས་ཅད་པོ། །ཅུ་བ་གཅིག་ལ་བསྟུས་པ་དེ། །ཡེ་མེད་སྟོང་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 ཡིན། །དེ་ནི་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་རི་བོ་བརྒྱད་ཅུ་དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་  
 ལ་བསྟུས་པ་དེ། །ཡེ་སྒྲིང་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །དེ་ནི་ཤ་རིང་སྟོ་ཆེ་ཡིན། །  
 བྲག་ནག་སྟུང་བརྒྱད་ཅུ་དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་ལ་བསྟུས་པ་དེ། །བཤིག་པ་  
 དྲག་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །དེ་ནི་སོ་ཡན་རེ་འབྲམས་ཡིན། །སངས་བྱ་དགར་  
 བརྒྱ་དང་ཅུ་བརྒྱད་དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་ལ་བསྟུས་པ་དེ། །དཔལ་ཟམ་ཟི་མ་མུ་  
 འཕྱོ་ཡིན། །བྱ་ནག་བརྒྱ་དང་ཅུ་བརྒྱད་དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པ་དེ། །  
 མི་ཟན་སྒྲུང་བུ་མཆུ་རིང་ཡིན། །ཡང་དྲང་མ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་  
 ཏུ་བསྟུས་པ་ནི། །སྟོན་པ་བཅད་པའི་ཡ་སོ་ཡིན། །ཁམས་གསུམ་གསལ་  
 བའི་སྟོན་མེ་ཡིན། །དེ་བྱ་ཡུན་དང་ཅུ་དགར་མོ་རེད། །སྟིགས་མ་བརྒྱ་དང་ཉི་  
 ཤུ་དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པ་ནི། །ངམ་རྩེ་རུས་པའི་མཆི་མ་ཡིན། །དུག་  
 གི་རྒྱ་མིག་ནག་པོ་དེ། །སོ་ཡན་བྱན་ཁྲག་ནག་མོ་ཡིན། །བྲ་བརྒྱག་སྟུང་བརྒྱ  
 དྲག་ཅུ་དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པ་ནི། །འཆི་མེད་བདུད་ཅི་ཐིགས་པ་  
 ཡིན། །དེ་དགར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་ཆེན་མོ་ཡིན། །མ་བརྒྱག་སྟུང་བརྒྱད་ཅུ་  
 དེ། །ཅུ་བ་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པ་ནི། །མ་བདུད་རྒྱལ་མེའི་མངལ་ཁྲག་ཡིན། །  
 དེ་ནི་སྟུང་ནག་སེ་སྟོང་ཡིན། །མོ་བསྟུས་པའི་ཅུ་བ་དེ་བཅུ་ཡིན། །མོ་ལ་བཟང་  
 ངན་གཉིས་ལས་མེད། །མི་ལ་སྟེ་འཆི་རྟ་མགྲོགས་བུལ། །མཆོན་ལ་རྩོ་རྩལ་

གཉིས་ལས་མེད། མོ་བཟང་ངན་གཉིས་ལ་འདུས་པ་དེ། ཡེ་མེད་སྟོང་པའི་  
རྒྱལ་པོ་གཅིག །བཤིག་པ་དག་བྱེད་རྒྱལ་པོ་གཉིས། །བྱ་ནག་ཐུང་འདུག་དེ་  
དང་གསུམ། །ངམ་རྩེ་དུས་པའི་མཆི་མ་བཞི། །མ་བདུད་རྒྱལ་མོའི་མངལ་  
ཁག་ལ། །དེ་ལྟ་གཅིག་རྩ་བ་སྟུས་པ་དེ། །ཁྱོད་ཀྱི་མེད་ནག་པོ་སྟེ། །དེ་ནི་ཐུང་  
བྱེད་གཟི་འབར་ཡིན། །དེ་མོ་ཁོག་གཅིག་ལ་གཅིག་གི་ཆོག །ཁྱིན་པ་མེད་  
པར་གར་བབས་ཀྱང་། །དགུང་སྟོན་དཀྱིལ་ནས་དེབ་པ་ཡིན། །དོག་མོ་གཞུང་  
ནས་རལ་བ་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་ས་གར་བབས་ཀྱང་། །ཁྱོད་ཆེན་རི་རབ་  
ཉིལ་བ་འདྲ། །སྤྱང་ཆེན་ཐང་ཤིང་འབྱེལ་བ་འདྲ། །ད་ལུ་སྟན་མ་འཁོར་བ་  
འདྲ། །ཡུག་ས་ཐོ་རུ་རྟོག་བྲག་འདྲ། །དུ་འཕོད་སྤྱང་ཆང་དེབ་པ་འདྲ། །དེ་  
ངན་པ་བསྟུས་པའི་རྩ་བ་ཡིན། །ཡེ་ཡོད་སྤྱིད་པའི་རྒྱལ་པོ་གཅིག །ཡེ་སྤྱིད་  
འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་གཉིས། །བྱ་དཀར་གྱེན་འདུག་དེ་དང་གསུམ། །སྟོན་པ་  
བཞད་པའི་ཡ་སོ་བཞི། །འཆི་མེད་བདུད་རྩི་ཐིགས་པ་ལ། །དེ་ལྟ་གཅིག་རྩ་  
བ་སྟུས་པ་དེ། །སྟོན་པའི་ལྟ་རྟོག་དཀར་པོ་དེ། །ཡོད་བཞིན་ལོར་ལུ་ཤ་རིར་སྟོ་  
ཆོ་ཡིན། །འདི་མོ་ཁོག་གཅིག་ལ་གཅིག་གི་སྟོ་ཆོག །གཞན་མ་ངན་ཀྱང་འཛིགས་  
པ་མེད། །མེད་ལ་ཡོད་གཅིག་སྤྱིད་པ་ཡིན། །སྤྱིད་པ་མཐའ་རུ་བྱེན་པ་ཡིན། །  
སྟོང་ལ་གར་གཅིག་ཆགས་པ་ཡིན། །ཆགས་ནས་འཛིག་པ་མེད་པ་ཡིན། །  
ངམ་ལ་ཤ་ལན་ལོན་པ་ཡིན། །ལོན་ནས་ཐུབ་དེ་མཇུག་བདེ་ཡིན། །བདུད་  
ལས་གཡུལ་གཅིག་རྒྱལ་བ་ཡིན། །རྒྱལ་ནས་པམ་པ་མེད་པ་ཡིན། །པ་རྒྱལ་



འཁྱུ་ཆ་བོ་རྒྱལ། ཆ་བོ་རྒྱལ་བས་དཔའ་མཛུང་བཟུང་། དཔའ་མཛུང་  
 མཁུལ་ནས་དཔའ་དར་བཅུགས། དཔའ་རྒྱལ་མགོ་ལ་སྟག་འབྲུ་བཅུགས།  
 ཡང་རྒྱལ་རྒྱལ་ནས་འབྲུག་སྟག་གོན། རྒྱལ་བཙུང་འཛོམས་ནས་དགུང་  
 དང་མཉམ། རྟེ་བཟང་པོ་བསྟུས་པའི་རྩ་བ་ཡིན། རྟེ་ནས་མཛུང་པའི་  
 དམིགས་བསལ་ལ། མ་སང་ཐིུ་རང་སྟུ་ལས། ཡར་དིང་ཡར་ལ་དིང་མོ་  
 གལ། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཉི་མ་ཉི་མ་གཅིག་ངན་པ་ཡོད། བདེ་  
 དལ་གཞི་ཡི་མོ་ལ་ངན། མི་གངས་མར་ལ་འཁོར་ངོ་ཡོད། བྲག་གི་གོང་ཅི་  
 དུན་དུན་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཡུལ་གསར་བཟུང་བའི་མོ་  
 ལ་ངན། ཁང་གསར་ཁང་རལ་མེད་ངོ་ཡིན། ཅི་ར་གནམ་ལྷགས་ཅི་བཏབ་  
 བཟང་ན་ཡང་། འུ་མོ་བག་མར་འགོ་ན་ངན། ལུང་གསུམ་མདོ་རུ་མི་ནོར་  
 བརྒྱག། བག་བྱ་ཡུན་ཉི་མ་རང་ཤར་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ།  
 བག་མ་མགོན་ལ་འགོ་ན་ངན། ཟུ་གའི་ས་མཐའ་ལང་བ་ཡིན། ལུང་བརྒྱང་  
 མཛོ་མོ་ཁལ་ཁུར་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཟླ་བོ་གཅིག་གི་  
 མོ་ལ་ངན། ཟླ་བོ་འེ་མི་རབ་ཆད་དོགས་ཡོད། སྟུ་མ་དཀར་ལི་ཡན་བྱ་བ་  
 འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། མགོན་པོ་ནོར་ཆོལ་མོ་ལ་ངན། ལྷག་  
 པོས་སྤངས་སྤྱེ་ཁུར་བ་ཡིན། སྟོ་ཆོ་ཤིང་ལོ་དགུ་འབྲུར་ཏེ། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
 བཟང་བ་ལ། ལྷ་བོ་ཤིང་བཏུས་མོ་ལ་ངན། ཁོ་ལ་བོ་ཤིང་གིས་བསད་ངོ་  
 ཡིན། དམུ་དག་རྒྱང་ཤིང་དཀར་པོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ།

རྒྱལ་པ་དག་ལ་རྒྱལ་དུས་སྟེ། ཅི་མི་ཐོབ་སྟོང་ལོག་འབྱུང་དོགས་ཡོད། གཤམ་  
 བར་ལ་སེད་ཀར་པོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། རྟ་རྒྱལ་བྱེད་པའི་  
 མོ་ལ་ངན། རྟེན་པ་འདམ་ལ་འཕྱོག་དོ་ཡིན། སྒྲིན་དིང་གོར་མོ་པ་བོང་འདི། ཅི་  
 ལ་བཏབ་ཀྱང་འབྲིང་ཅམ་ལ། མནའ་བསྐྱལ་བ་ཡི་མོ་ལ་ངན། གནམ་  
 རོ་འཁོར་ནས་དུམ་གཤམ་པ་ཡོད། སྐུམ་མཉམ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྱུང་མོ་འདི། ཅི་ལ་  
 བཏབ་ཀྱང་འབྲིང་ཅམ་ལ། ལྷག་རྩི་འཛོག་པའི་མོ་ལ་ངན། ལྷག་ལྷ་སྒྱུང་  
 ཀེས་བསད་དོ་ཡིན། བྱ་བུར་དུང་གི་རྩེ་བ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་  
 ལ། དག་བཤེས་གསར་པའི་མོ་ལ་ངན། བཀའ་ལོག་བྲམ་པ་བྱེད་དོ་ཡིན། བྱ་  
 ལྷན་གསེར་གྱི་ཉི་མ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཉིན་གཅིག་  
 དག་ལ་པམ་དོ་ཡིན། རང་སྒྲན་ལྟ་ཡི་བུ་མོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་  
 བ་ལ། རོད་མ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། སད་ཀྱི་བ་ཅ་ལ་ངམ་འདི། ཅི་ལ་  
 བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། འབྲོག་པ་ལྷལ་དུ་འདུག་ན་ངན། ལོ་ཐོག་སད་ཀྱི་  
 རྩེར་དོ་ཡིན། དཀར་ཐོག་ལྟ་ཡི་གཡུང་དུང་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་  
 བ་ལ། ལུ་མོ་བྱིས་དུ་འདུག་ན་ངན། བལ་ལྷག་གོ་ཁ་འཁོར་དོ་ཡིན། དིང་  
 དིང་ཁ་ལེ་དུལ་དཀར་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཁང་གསར་  
 བཅིགས་པའི་མོ་ལ་ངན། ཁང་པ་ཚར་ནས་དེབ་དོ་ཡིན། སྒྲིམ་གྱི་ནག་རྩུང་  
 ཟལ་ཟལ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ལྷག་སའི་མགོ་བདག་བྱེད་  
 བ་ངན། རུ་སོད་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། འབྲོང་

སྟོན་གཤོལ་པའི་མོལ་ངན། གཡག་གིས་མི་རྟ་བསད་དོཡིན། རྒྱུར་དཀར་  
 ཀྱལ་བྱིལ་ཚང་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། རྒྱལ་གྲུ་གཟིངས་  
 འཇུག་ན་ངན། ཉིང་དིང་ཕོ་ལྷ་བྱ་ཤིང་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། །  
 རི་པའི་བྱི་གྲུམ་བརྟོན་ངན། ལུང་ལུང་དྲིལ་ནས་རྩོན་པ་ཤི། གཏམ་སྒྲན་ཨ་  
 ཁད་ཅེ་མ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། འཁོར་གཡོག་ཕོ་མོ་ཉོན་  
 ངན། འབངས་ཀྱིས་རྩེ་བོ་བསད་དོཡིན། རྩང་ཟེལ་ལང་ཆེན་པོ་འདི། ཅི་  
 ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། རྒྱ་སྒོར་བཞག་པའི་མོལ་ངན། རྒྱ་སྒོར་གྱི་  
 མཁར་རེད་དོཡིན། བྱ་རལ་རིན་ཆེན་བྱ་བ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་  
 བ་ལ། རྒྱ་མཁར་བརྟེན་པའི་མོལ་ངན། རྒྱ་མཁར་ཚར་ནས་བདག་པོ་  
 འཆི། རྒྱང་སྒར་ལྷི་ལུང་བྱ་བ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། བག་  
 མ་བྱིམ་དུ་འགོན་ངན། མི་ཁས་ཁམས་གསུམ་གང་དོཡིན། གཞི་མ་དིང་  
 དིང་སྒོན་མོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། གྲུ་ནད་ཅན་གྱི་མོལ་ངན།  
 ཡུན་རིང་མཛེ་ཡིན་དོགས་ཡོད། བཟའོ་ཕོ་ལྷ་སུམ་བརྟེན་པའདི། ཅི་ལ་  
 བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཡུལ་ས་རྩོལ་ཐང་མོལ་ངན། ཉལ་འཇམ་མཁར་བྱི་ཤི་  
 བོན་པོ་གསུམ། མདུད་བ་འདི་ལ་ཚང་བ་ཡིན། མི་གཅིག་མི་གཉིས་ཁེད་  
 ཡིན། ཉལ་གཅིག་མི་སྟོན་ཁེད་ཡིན། རྩལ་གཅིག་མི་སྒྲེལ་ཁེད་ཡིན། །  
 སྒོན་པ་སད་རྩེ་ལྷུངས་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། རྩོན་པ་  
 གཅིག་གི་མོལ་ངན། རྩོན་པ་གྱི་ཁར་ཤི་དོགས་ཡོད། བྱོད་ལུང་གཡའ་སྤང་

སྐྱེས་གཅིག་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཡ་མ་ནད་པའི་མོ་ལ་  
ངན། ཡ་མ་ནད་པ་གི་དོགས་ཡོད། ཡ་ཁད་རྒྱ་སྟག་དམར་པོ་འདི། ཅི་ལ་  
བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། ཡུལ་པ་འབྲོག་ལ་འགོ་ན་ངན། སྤང་ལ་མེ་ཆེན་  
འཆོར་ངོ་ཡིན། རྩེ་ཟེག་ཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་  
བ་ལ། མགར་བ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། མགར་རྒྱུད་ཆད་པའི་སྒྲ་ཉགས་  
ཡིན། གྲེ་བ་རང་ཤག་དཀར་པོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། མ་  
རབ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། མི་ཐེག་ཁུ་རུ་ཁུར་ངོ་ཡིན། དུམ་དབལ་ཟེ་ཟེ་  
ཆེན་པོ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། གཤེན་པོ་མ་སྤྲད་བདུར་ན་  
ངན། གཤེན་པོ་ལྟ་དང་བྱེ་ངོ་ཡིན། དེ་ལོག་གཡུ་མཚོ་ལྷག་མོ་འདི། ཅི་ལ་  
བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། དབུལ་པོ་རྒྱུན་མའི་མོ་ལ་ངན། བག་ཆོ་སྟོན་གྱི་  
སྒྲ་མདུད་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། རོར་མེད་རོར་ཆོལ་འགོ་ན་  
ངན། རོན་མེད་སྟག་བསྐལ་ཆེ་ངོ་ཡིན། སུད་དཀར་སྐམ་བུ་ཆོལ་ཆེ་འདི། ཅི་  
ལ་བཏབ་ཀྱང་བཟང་བ་ལ། རྒྱུད་པོ་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། ཤིད་ཟན་མར་  
ཁུ་འཐུང་ངོ་ཡིན། སྦྱར་འདི་ཅི་བཏབ་བཟང་བ་ལ། འབྲི་མོ་འཆོར་བའི་མོ་  
ལ་ངན། གྲེ་བ་ཅི་བཏབ་བཟང་ན་ཡང་། དར་མའི་མོ་ལ་ངན་བ་སྟེ། ཐམ་  
དམེ་ལག་འདྲེས་ངོ་ཡིན། སྦྱུ་མ་རྒྱུད་བུམ་པ་གསེར་མིག་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་  
ཀྱང་བཟང་ན་ཡང་། རྒྱུ་ལ་ཉ་གཤོར་འགོ་ན་ངན། ཉ་བ་རྒྱུ་ཡིས་ཁྱེར་བ་  
ཡིན། གཤེན་ཡང་མདུད་པ་བཟང་ན་ཡང་། དམིགས་བསལ་ངན་པ་ཅི་

རིགས་པ། །མདུད་རྫོང་སྐབས་སོགས་ཅི་རིགས་གསལ། །པ་རོལ་དགྲ་ཡི་  
 སྒྲ་མདུད་ནི། །དར་བ་དེ་རིགས་བབས་པ་ན། །དེ་འཛོམས་པའི་དུས་སྐྱུ་མི་  
 དག་ཡིན། །དེ་ལ་དེ་ཡི་གཤེད་མ་དགོས། །མོ་ངན་ཀྱང་བཟང་པའི་དམིགས་  
 བསལ་ནི། །བྱ་རལ་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་ཡང་། །ནད་པ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 །ནད་པ་དྲུ་ལོག་བྱེད་པ་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་ཡང་། །འཁོར་གཡོག་  
 སོ་མོ་ཉིན་བཟང་། །འཁོར་བ་རྗེ་བོར་རྒྱུད་དོ་ཡིན། །སྦྱིར་ནག་ཅི་བྱ་བ་ངན་  
 ན་ཡང་། །དུ་བྱ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །དུ་བྱ་སྦྱེ་འཕེལ་ཆེ་དོ་ཡིན། །བག་  
 སྡེ་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་ཡང་། །བྲན་མོས་བག་མ་བྱེད་ན་བཟང་། །བྲན་མོས་རྗེ་  
 ས་འཕྲོག་པ་ཡིན། །སེ་རྩོད་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་ཡང་། །དགྲ་ལ་ཐུང་ག་འབྱེད་  
 ན་བཟང་། །དགྲ་ཡི་མི་ནོར་ཚང་བརྒྱག་ཡིན། །ཐུང་ཁད་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་  
 ཡང་། །རྒྱན་མ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །བྲ་གཅིག་མི་སྦྱེ་ཁ་མེད་ཡིན། །མ་  
 ཟེ་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་ཡང་། །མནན་པ་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཁྲུ་གཉན་  
 འབྱུགས་ནས་དགྲ་བོ་བརྒྱག་ །ལི་ཡན་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་ཡང་། །རྟ་རྒྱུག་བྱེད་  
 པའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྦྱུ་འདི་ཅི་བྱ་བ་ངན་ན་ཡང་། །གཉེན་ལྷ་མོ་བཙུན་  
 སྐམ་པར་བཟང་། །དེ་སོགས་ལས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ། །མོ་མདུད་ངན་ཀྱང་  
 བཟང་བོ་ཡོད། །ཡང་གཡུང་དྲུང་བཟང་ཡང་བཟང་ཆེ་བས། །པལ་ལ་མི་  
 བྱགས་སྒྲུ་བྱ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་ཡུལ་གྱི་མི་ཆེན་འདྲ། །ནམ་ཡིན་འབབ་པར་  
 དཀའ་བ་ཡིན། །གཡུང་དྲུང་བྱགས་པའི་མི་ལ་གཉིས། །ཡ་རབ་མི་དང་བན་

བོན་ཡིན། །བྲག་ནག་ས་འབྲག་ཐབ་ཆོད་ཡིན། །གཏིང་ཆེན་མ་ལོག་མི་འབབ་  
 བོ། །བྲག་ནག་བྲག་ས་པའི་མི་ལ་གཉིས། །རྩུ་འཕྲུལ་ཅན་དང་འབྲུག་པ་  
 ཅན། །སངས་རིགས་སྤྱང་བུ་མཆུ་ཚོན་ཡིན། །གཟེན་གྱི་ཆོད་མེད་པར་མི་  
 འབབ་བོ། །སངས་རིགས་བྲག་ས་པའི་མི་ལ་གཉིས། །ནད་ཆེན་དང་ནི་རྒྱག་  
 ཆེན་ལངས། །ཡང་རྟོང་རིགས་ཐང་མིག་གི་འཛིན་ཡིན། །གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉ་  
 ཡིན་པས་ན། །སྤྱི་ལ་ཤིན་རྩུ་དན་ན་ཡང་། །གཤིན་རྗེའི་སྤྱི་མཐུ་བྱེད་ན་  
 བཟང་། །སོ་ཡོན་དམེ་ཅན་མགར་བ་དང་། །སེ་སྟོད་ནལ་མ་དམེ་ཕོ་ལ། །མི་  
 སྟོན་རང་རང་བླ་མ་དུ་ཡིན། །དེ་ནི་གནས་ཀྱི་སྤྱེ་ཆོན་ལ། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་  
 དམིགས་བསལ་གསུམ། །དང་པོ་བརྩུག་སུམ་གནས་དག་གི་སྤྱི་དབྱེད་གོང་  
 དུ་བཤད་ཟིན་ལ། །བ་ཡི་གལ་བྱང་བརྟན་པ་ན། །བརྩུག་སུམ་བ་ཡི་མགོ་བོ་  
 ལ། །མདུན་གྱིས་ཕོག་དང་མ་ཕོག་བཟ། །བརྩུག་ཉིས་རྩེ་གཡོན་པ་ལ། །  
 དག་ལ་གོང་བ་ཨེ་ཤོར་བརྟག། །བརྩུག་ཅིག་རྩེ་ཅོ་གཡས་པ་ལ། །བ་ཕྱེས་  
 བསགས་པ་ཅི་འདྲ་བཟ། །བརྩུག་པ་ཡི་ན་བགཡས་པ་ལ། །བུ་ཆོ་བོའི་པ་མཆོང་  
 ཨེ་ཟིན་ཟ། །དགུ་ནི་བ་ཡི་སྤྱང་ཡིན་པས། །མྱང་བདུད་ཡོད་མེད་དེ་ལ་བཟ། །  
 བརྒྱད་བ་ཡི་མིག་ཡིན་འཕེལ་ཁ་བཟ། །བདུན་གཞོག་གཡས་ཕོ་རིགས་འཕེལ་  
 ཁ་བཟ། །དུག་གཞོག་གཡོན་མོ་ཡི་འཕེལ་ཁ་བཟ། །ལྷ་སྟོན་ལ་བྱེ་བྲལ་ཡོད་  
 མེད་བཟ། །བཞི་རུ་མ་ཕྱག་དབུལ་ཅི་འོང་བཟ། །གསུམ་བ་ཁོག་སྤུམ་དང་  
 མི་སྤུམ་བཟ། །གཉིས་མིད་ཁ་མིད་ཀྱི་སྤྱི་བཟ། །གཅིག་རྩེ་མར་དུར་སོང་

མ་སོང་བལྟ། །དེ་སྤྱིད་པའི་བ་དཀར་གྱེན་ཅིས་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཅེ་མོ་ལད་པ་  
ན། །མགོ་མཇུག་བརྒྱུག་སྟེ་བ་ནག་དབྱེད། །གཉིས་ཀར་རན་ན་ཤིན་ཏུ་རན།  
ཅེ་མོ་བཟང་ན་མགོ་མཇུག་བརྒྱུག་མི་རུང་། །དཀོར་ལྷ་ལལ་ཆེར་བ་ལྟར་  
དབྱེད། །དེ་ནི་སྤལ་པའི་གལ་བྱང་བཤད། །མགོ་བོ་བཞི་ལ་མཇུག་མ་བཟུ།  
གཞོག་གལས་གཅིག་ལ་གཡོན་པ་བདུན། །ལག་གལས་ལྷ་ལ་གཡོན་པ་  
བརྒྱད། །རྐང་གལས་གཉིས་ལ་གཡོན་བརྒྱ་གཅིག་ །གསུམ་དང་དྲུག་ནི་ལོག་  
པ་ཡིན། །དགྲ་དང་བརྒྱ་གཉིས་དག་གཤེད་ས། །བརྒྱ་གསུམ་སྤལ་པའི་འབྲོས་  
རི་ཡིན། །གལ་ཏེ་བརྒྱ་གསུམ་ལད་པ་ན། །སྤལ་པ་ན་འཆི་དུར་ཞུགས་ཡིན། །  
བཞི་ཡི་གནས་མལ་དག་ལ་ནི། །ལྟོ་མེ་ཁམས་རྒྱལ་པོ་སྤར་ཁ་ལི། །རྟ་སྤུལ་  
ལོ་པའི་ལོ་བྱིས་དེ། །སྟེ་བ་དགྲ་དམར་གནས་དེ་ལ། །བླ་དེ་མེ་ཡི་དྲངས་མ་  
ཡིན། །རྟ་དེ་ཤིང་གི་དྲངས་མ་ཡིན། །དཔལ་དེ་ལྷགས་ཀྱི་དྲངས་མ་ཡིན། །  
བདུད་དེ་ས་ཡི་སྟོགས་མ་ཡིན། །དག་དེ་རྩ་ཡི་སྟོགས་མ་ཡིན། །དེ་བཞིན་  
ཕྱོགས་མཚམས་ཀྱན་ལ་སྤྱད། །སྤར་སྟེ་ལོ་སྒྲོར་གནས་ལུགས་དང་། །འབྱུང་  
བ་མ་བྱ་དག་གོགས་བཅི། །རྒྱས་པར་སྤལ་པའི་སྒྲོར་ཅིས་སྟ། །སྤར་རི་སྒྲོད་  
བརྟན་པ་བཞིན་དུ་དབྱེད། །བཞི་རྟ་སྤུལ་ལོ་པའི་ལོ་བྱིས་དང་། །ལོས་ལོ་པ་  
ཡི་ལོ་མལ་ཡིན། །མཚམས་བཞི་ལོ་མལ་ལོ་བྱིས་གཅིག་ །གཞན་བརྒྱད་ཐ་  
དད་དག་ཏུ་གནས། །སོ་སོ་ལོ་བྱིས་སྟོག་གི་གནས། །ལོ་མལ་ལུས་ཀྱི་གནས་  
མལ་དང་། །གྲེས་རི་དབང་ཐང་གནས་མལ་དང་། །རྒྱུང་རྟའི་ཁམས་གང་

ཡིན་པ་ཡི། རྩོགས་བཞིའི་གནས་མལ་དག་དང་བཞིར། སྤྱོད་དང་འཕྲད་ན་  
 ཆོ་རིང་ཞིང་། ལྟ་དང་འཕྲད་ན་དར་བ་ཡིན། དཔལ་དང་འཕྲད་ན་གྲོག་གི་  
 རོ་། འབྱུང་དང་དགའ་ལ་གྲུད་བ་ཡིན། རྩོག་གིས་ཆོ་དང་ལུས་ཀྱིས་ནད། །  
 དབང་ཐང་ཞོར་དང་རྒྱུད་རྟ་ཡིས། བྱ་བ་ལམ་འགྲོས་མི་ཁ་བརྟག། གཞི་ལྷ་  
 སྤུལ་བ་གཙོ་ཆེར་དབྱེ། དེ་ནི་རྒྱུད་གིས་ལ་བྱང་བཤད། འབྱུག་གསུམ་རྒྱུད་  
 གི་རྩལ་གཡས་པ་ལ། རང་ཚལ་དར་དང་མི་དར་དབྱེ། འབྱུག་གིས་རྩལ་  
 གཡོན་པ་ལ། དག་པོ་ལང་དང་མ་ལང་བཅི། འབྱུག་གིས་རྒྱུད་གི་མཆུ་ཅེ་  
 ལ། རྒྱུད་མཆུ་དགའ་ལ་ཞི་ཐེབ་བཟ། འབྱུ་འདི་རྒྱུད་གི་གེ་བ་ལ། ཟས་  
 ཞོར་སྤུལ་འབྱུག་ཅི་བྱེད་བཟ། དགུ་འདི་བྱ་རྒྱུད་ལྷག་པ་ལ། དག་ལམ་  
 གཉིན་ལམ་ཅི་བྱེད་ཡོད། འབྱུ་འདི་བྱ་རྒྱུད་དབྱལ་བའི་མིག་ རྩོན་ཡོན་  
 གང་མཐོང་དེ་ལ་དབྱེ། འབྱུ་འདི་བྱ་རྒྱུད་ཞོག་པའི་སྒྲིང་། རྩོང་བདེ་དང་  
 མི་བདེ་དེ་ལ་དབྱེ། འབྱུ་བྱ་རྒྱུད་གཤོག་པ་གཡས་པ་ལ། ཞོར་དང་སྤྱོད་  
 པའི་སྤུལ་འབྱུག་བཟ། ལྷ་རྒྱུད་གི་གཤོག་པ་གཡོན་པ་ལ། རྒྱ་བ་རྒྱུན་མ་  
 ཞེ་ཡོད་བཟ། འཁོར་བ་རྒྱུད་གི་གསུམ་པ་ལ། ལུང་མེད་སྤྱོད་ཁ་སྤྱོད་ཡོད། །  
 གསུམ་བྱ་རྒྱུད་རྒྱུད་པ་གཡས་པ་ལ། རང་མཚོན་དགའ་ལ་ཞི་འཛོར་བཟ། །  
 གཉིས་པ་རྒྱུད་པ་གཡོན་པ་ལ། རྒྱུན་མ་དག་པོར་ཞི་ཐེབ་བཟ། གཉིས་  
 འདི་བྱ་རྒྱུད་མཆུག་སྒྲོ་ལ། བྱ་བ་གང་ཡང་ལེགས་ཉེས་བཟ། གཡས་སྤྱོགས་  
 ཐམས་ཅད་རང་ས་ཡིན། གཡོན་སྤྱོགས་ཐམས་ཅད་དག་ས་ཡིན། གཡས་



མཐོ་སར་ཁས་དྲག་བཟང་སྡེ་དགོས། གཡོན་མཐོ་སར་ཁས་དམན་ངན་སྡེ་  
 དགོས། དུས་ལ་དྲངས་མ་བརྒྱག་བཟང་དགོས། རྒྱུ་ལས་གཏོས་མེད་  
 མཁྱོགས་སྡེ་དགོས། རྒྱུ་ཡོན་གཏོས་སྡེ་ལ་དམ་པ་དགོས། དྲག་ཕྱ་ལས་  
 ཆེར་བྱུང་ལྟར་དབྱུང། བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་སྡེར་དབྱུང་ལ། ཡེ་ངམ་མཁར་བརྒྱད་  
 དབྱུང་བ་ན། གཅིག་དེ་སྒྲོན་པའི་སྤྲུལ་ཁར་ཡིན། གཉིས་དེ་ངམ་གྱི་སྤྲུལ་ཁར་  
 ཡིན། གྲོས་རིགས་གང་མཐོ་གསུམ་ལ་དབྱུང། གཅིག་གསུམ་དར་ཞིང་  
 གཉིས་གྲུང་ན། སྒྲོན་པའི་སྤྲུལ་ཁར་དར་བ་ཡིན། རྩོག་ན་ངམ་གྱི་སྤྲུལ་ཁར་  
 དར། སྒྲོན་མཁར་དར་ན་རྒྱུད་རྒྱུད་བཟང་། དེ་བཞིན་བཞི་ལྟ་དྲག་གསུམ་  
 ལ། འཕྲིང་རྒྱུད་སྒྲོན་པའི་སྤྲུལ་ཁར་བརྟག། བརྒྱད་དགུ་བརྩུ་ལ་ཆེ་རྒྱུད་  
 དང་། བརྩུ་གཅིག་བརྩུ་གཉིས་བརྩུ་གསུམ་ལ། སྒྲོན་པའི་གཙོ་མཁར་སྤྱི་རུ་  
 བརྟག། རྩོགས་བཞིའི་གནས་སྤྱད་དབྱུང་བ་ན། གཅིག་འདི་ཤར་གྱི་གཞི་ས་  
 ལ། གཉིས་འདི་ཤར་གྱི་ལམ་སོ་ཡིན། གསུམ་འདི་ཤར་གྱི་གྲོགས་ས་ཡིན།  
 དེ་བཞིན་ལྟག་མ་གསུམ་པོ་ཡང་། རྩོད་དང་ལྟུང་དང་བྱུང་གི་ཡིན། ཉིན་སྤོང་  
 གཉིས་སྤྱད་བྱེ་བ་ན། རྩོགས་བཞིའི་རང་ས་ཉིན་ཡིན་ལ། དྲག་ས་སྤོང་ལ་  
 གྲོས་རི་མཚམས། བདུན་པ་དུས་གྱི་རི་རབ་སྟེ། རྩོགས་གྱི་རྟེན་ཆོལ་དོན་  
 གཉིར་དང་། བོར་སྟོར་ལ་སོགས་མང་ཞིག་ལ། འདི་མན་ངག་གནད་གྱི་  
 གལ་བྱུང་ཡིན། མ་བདག་གི་མན་ངག་འདི་རུ་བྲིས། གཅིག་དང་བདུན་དང་  
 བརྩུ་གསུམ་གསུམ། མོ་སྤྱད་དང་བར་དང་སྟོད་གྱི་ནི། གཙོ་བོ་སྟེ་གསུམ་བྱ་

བཡིན། གཅིག་དང་བཞི་དང་བདུན་དང་ནི། བརྟུག་གསུམ་ཁ་འཛིན་རྣམ་  
 བཞི་ཟེར། །རི་རབ་ཡལ་ན་རྒྱུ་མཆོད་སྤྱང་། །ཆེ་འཛིན་ཉ་ལའང་ན་གཞི་ཉ་  
 འཛིན་སྤྱང་། །དེ་དག་པན་ཚུན་སྤྱང་རིས་དང་། གཅིག་གི་གཅིག་ལ་སྒྲིབ་  
 དགོས་སོ། །གནས་ཀྱི་དག་གཤེད་བརྟན་པ་ལ། གཅིག་དག་གཉིས་ལ་  
 བཞི་དག་ལ། བརྟུང་དག་དགུ་ལ་བརྟུག་གཅིག་གི་དག་ནི་བརྟུག་གཉིས་ཡིན་  
 པར་གསུངས། གཉིས་གཤེད་གསུམ་ལ་ལྷ་གཤེད་དུག །དགུ་གཤེད་བརྟུ་  
 ལ་བརྟུག་གཉིས་ཀྱི། གཤེད་ནི་བརྟུག་གསུམ་དག་ཡིན་ནོ། །གནས་ཀྱི་དག་  
 གཤེད་སྒྲུབ་ཐང་དེར། བབས་ལུགས་དེ་ལྟར་དབྱེད་པ་གཅིས། དག་སྒྲུབ་  
 གནས་མལ་རྣམ་གསུམ་ནི། བརྟུག་གཅིག་གནས་མལ་ཆེ་བ་དམག་དཔོན་ས། །  
 བརྟུང་གནས་མལ་འབྲིང་པོ་དམག་དཔོན་ས། བདུན་གནས་མལ་ཆུང་བ་  
 འོག་རྟེན་ས། ཡང་ན་བརྟུག་གཅིག་གནས་མལ་ཆེ་བ་དག་སྒྲུབ་ས། བརྟུང་  
 འབྲིང་པོ་སྒྲེས་བྱ་འཁོར་གསུམ་ཅན་གྱིས། བདུན་ཆུང་བ་འོག་རྟ་སྒྲུབ་  
 ཅན་གྱིས། །འདི་གསུམ་གནས་མལ་ཡང་དག་ཡིན། །ལུགས་གཞན་དག་  
 སྒྲུབ་གནས་མལ་རྣམས་གསུམ་ནི། གཅིག་འདི་དག་སྒྲུབ་སྒྲོག་གི་རྟེན། །  
 བརྟུང་འདི་དག་སྒྲུབ་སྒོ་ཆང་བྲག །བརྟུག་གཅིག་དག་སྒྲུབ་བང་མཛོད་དམ། །  
 ཡང་ན་དག་སྒྲུབ་གནས་མལ་ཡང་དག་ཟེར། །ཁོ་ཡི་སྒྲོ་བཞི་བཤད་པ་ན། །  
 གཅིག་འདི་ཤར་སྒྲོ་བྱུང་གྱི་རི། བཞི་འདི་ལྷོ་སྒྲོ་ནས་གྱི་མཛོད། བརྟུང་འདི་  
 རུབ་སྒྲོ་མར་ཁུའི་མཆོ། བརྟུག་གཅིག་བྱང་སྒྲོ་ནོར་གྱི་ར་བ་ཡིན། །ཁོ་ཡི་མཛོད་

ལྷ་བཤད་པ་ནི། གཅིག་འདི་ས་བདག་བང་མཛོད་ཡིན། བཞི་འདི་སྐྱ་ཡི་  
 བང་མཛོད་ཡིན། བརྒྱད་འདི་གཉེན་གྱི་བང་མཛོད་ཡིན། བརྒྱ་གཅིག་སྟོང་  
 གྱི་བང་མཛོད་ཡིན། བརྒྱ་གསུམ་ཅོར་ཐུགས་བང་མཛོད་ཡིན། གཅིག་བཞི་  
 བདུན་ཅུ་རིམ་པ་བཞིན། ས་བདག་སྐྱ་མཚུན་གཉེན་གྱི་ཀ་བ་ཡིན། ཡང་  
 གཅིག་བཞི་བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གཅིག་ཕྱོགས། རྟུག་བདུན་བརྒྱད་དང་བརྒྱ་གསུམ་  
 མཚམས། ཤར་ལ་སོགས་པར་རིམ་བཞིན་བཤད། མོ་ཡི་གནས་མལ་ནམ་  
 བཞི་ནི། གཅིག་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱུད་གི་སེར་བའི་ས། བཞི་ལྟ་ཕྱོགས་ཆུ་ཡི་བ་  
 སྤང་ས། བརྒྱད་རུབ་ཕྱོགས་ཤིང་གི་མ་བྱའི་ས། བརྒྱ་གཅིག་བྱང་ཕྱོགས་དོ་  
 ཏ་གོ་མོའི་ས། མོ་ཡི་འཛོམ་གཉིས་བཤད་པ་ནི། གཅིག་གཞི་འཛོམ་བརྒྱ་  
 གསུམ་ཅེ་འཛོམ་ཡིན། ཁམས་བརྒྱད་དག་ཏུ་དབྱེད་པ་ན། གཅིག་ནི་ཡོད་  
 ཁམས་གཉིས་མེད་ཁམས། ལྷ་ནི་དབྱ་ཁམས་བདུན་ཟུན་ཁམས། བརྒྱད་  
 བེ་ལྷ་ཁམས་དགུ་འདྲེ་ཁམས། བརྒྱ་གསོན་ཁམས་བརྒྱ་གཉིས་གཤིན་ཁམས་  
 ཡིན། ཡང་བརྒྱ་གཅིག་དོན་ཁམས་ཡིན་པ་དང་། བརྒྱ་གསུམ་ལྷ་ཁམས་སྤྱི་  
 ཟུབ་ཡིན། ཡང་བརྒྱ་གཉིས་མདའ་ལ་བརྒྱ་གསུམ་ཐུག ཡང་བ་སྤལ་ཟུང་  
 གསུམ་བཤད་པ་ན། ཁང་བབ་དང་ནི་གསུམ་སྤལ་བ། བཞི་རྟུག་བརྒྱ་ནི་བ་  
 ཡིན་ལ། བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་ཟུང་ཡིན་ནོ། གཉིས་ནི་ས་སྒྲོ་བརྒྱ་གནམ་  
 སྒྲོ། ཡང་གནས་མལ་ཀུན་གྱི་དབང་ཆེན་གཉིས། ཁང་བབ་དང་ནི་བརྒྱ་  
 གསུམ་ཡིན། ཁྲེ་གསུམ་བྱས་ན་སྤྱིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་ཡིན། རང་ས་ཡུལ་

བཞི་བྱས་པ་ན། །གསུམ་སྟེང་བདུན་པ་བསྟན་པ་ཡིན། །དེ་བཞིར་ཐོ་ས་ཞེས་  
 ཀྱང་བྱ། །བཞི་ག་གསུམ་མོ་ས་བྱིས་ལོར་ས། །གཞི་འཛིན་ཅེ་འཛིན་ཀུན་ལ་  
 དགོས། །བྱི་ས་ལུལ་བཞི་སྟེ་བྱུ་བྱུ་ཡིན། །སྟོང་གི་བྱུང་ཆར་སྟུན་གསུམ་དེ། །  
 བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་ཡིན། །བར་གྱི་ཁོད་ཆར་སྟུན་གསུམ་དེ། །  
 དུག་དང་བདུན་དང་བརྒྱད་རྣམས་ཡིན། །སྟོང་གི་ཉ་ཆར་སྟུན་གསུམ་དེ། །  
 གཅིག་དང་གསུམ་དང་བཞི་ལ་ཟེར། །ཆེ་རྒྱུད་འབྲིང་རྒྱུད་རྒྱུད་དང་། །  
 སྟོང་བར་སྟུང་གི་ས་རིམ་བཞིན། །གཞན་ཡང་ལུས་ཁམས་གནས་དབྱེ་  
 རོགས། །གནས་སྐབས་སོ་སོར་ཤེས་པར་བྱ། །གསུམ་པ་དམིགས་གྱིས་  
 བསལ་བ་ལ། །སྤྱི་ལུས་དང་རབས་ཆད་ནག །ཐག་རིང་བྱེས་སུ་སོང་བ་ལ། །  
 ལྷ་ནི་རང་སར་བཅི་བ་ཡིན། །པོན་པོ་དང་ནི་མོ་མ་དང་། །ཤིད་བྱེད་པ་དང་  
 གཏོ་བྱེད་དང་། །རབས་ཆད་དཀར་པོའི་དྲུང་མོ་ལ། །དགུ་ནི་རང་སར་བཅི་  
 བ་ཡིན། །གཞན་ཡང་ཚྭ་གས་བཞིའི་ཟམ་སོ་ནས། །གཏམ་འདྲི་སྟན་ལམ་  
 བརྟག་པ་དང་། །རང་སར་གོགས་ལེན་བྱུང་བ་ན། །བྱི་ས་གོག་གི་རྒྱ་ལམ་དུ། །  
 དབྱེད་དང་འདུན་མ་བསྐྱིག་པ་དང་། །བྱི་སར་རང་ཚྭ་གས་ལོ་ཡོད་དང་། །  
 ཚྭ་གས་གཞན་བྱེས་སུ་སོང་ཟེར་དང་། །གཉིས་བྱན་ལྷ་ནི་བྱ་སྤྱིང་མག་པའི་  
 ས། །བརྩ་གཉིས་ཤག་པའི་ས་ལ་སོགས། །བྱི་ས་དག་ཀྱང་བཟང་དགོས་  
 པའི། །སྐབས་ཀྱང་ཅི་རིགས་ཡོད་པ་དང་། །དག་ཡི་རན་པ་འདུལ་དོན་དུ། །  
 རང་སར་དེ་ཡི་ག་ཤེད་མདུང་བབས། །མི་སྟོན་རང་གི་ལྷ་ཡིན་སོགས། །

དམིགས་གིས་བསལ་ཏེ་ཤེས་པར་བྱ། །གསུམ་པ་གནས་གྱི་བབས་ལུགས་  
 ཀྱལ། །ལན་ཚུན་སྒྱུར་ཏེ་དབྱེད་པ་ལ། །བབས་ལན་དབྱེད་དང་བརྟུང་པ་དང་།  
 །འགྲིག་ལ་དབྱེད་པ་རྣམ་པ་གསུམ། །དང་པོར་སྦྱིད་དང་བྱེ་བྲག་སྦྱི་ཐོག་གསུམ།  
 །དང་པོ་ལན་ལ་རྣམ་པ་གཉིས། །ཁ་ལན་དབྱེད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། །གཅིག་ལན་  
 །གཉིས་དང་གཉིས་ལན་གསུམ། །གསུམ་ལན་བཞི་སོགས་བརྟུགས་པར་།  
 །དེ་དང་འདྲ་བར་བརྩི་བ་ཡིན། །ཁ་ལན་ཁ་ཡི་འགྲམ་ལུགས་འདྲ། །དེ་མ་ཐག་  
 །རྟུ་བཟང་ངན་ཡིན། །རྒྱང་ལན་ལ་སྦྱིད་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས། །གཉིས་དང་བརྟུ་  
 །རྩ་བརྩི་བ་འདི། །གནམ་ས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱང་འདུས་ཡིན། །ཡང་ན་སུ་མདོའི་  
 །རྒྱང་འདུས་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྟུ་གཅིག་བརྩི་བ་འདི། །ཅེ་ཅེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱང་  
 །འདུས་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྟུ་གསུམ་བརྩི་བ་འདི། །གཞི་འཛིན་ཅེ་འཛིན་  
 །རྒྱང་འདུས་ཡིན། །ཡང་ན་གཞི་བྱེས་རྒྱང་འདུས་ཡིན། །གསུམ་དང་བརྟུ་གསུམ་  
 །བརྩི་བ་འདི། །ཆེ་གསུམ་རྒྱང་གསུམ་རྒྱང་ལན་ཡིན། །གསུམ་དང་དུག་རྟུ་  
 །བརྩི་བ་འདི། །སྦྱིད་པ་ཁྱིམ་སྦྱུད་རྒྱང་ལན་ཡིན། །བདུན་དང་བརྟུད་རྟུ་བརྩི་  
 །བ་འདི། །ལྷ་མི་གཉིས་ཀྱི་རྒྱང་འདུས་ཡིན། །བཞི་དང་བརྟུད་རྟུ་བརྩི་བ་འདི།  
 །གཡང་ཅུ་གྲོ་ཅུ་འེ་རྒྱང་འདུས་ཡིན། །ལྷ་དང་བདུན་རྟུ་བརྩི་བ་དེ། །གཡང་  
 །སྤངས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱང་འདུས་ཡིན། །ཡང་ན་ཉིན་སྤོབ་རྒྱང་འདུས་ཡིན། །སྤོང་  
 །མིག་སོག་གསུམ་བརྩི་བ་དེ། །རང་ས་ལྷ་ཁང་རྒྱང་འདུས་ཟེར། །རང་ས་ཡུལ་  
 །བཞི་ཅུ་བ་དེ། །རང་ས་གོག་ལམ་རྒྱང་འདུས་ཡིན། །ཁྱི་ས་ཡུལ་བཞི་བརྩི་བ་

དེ། ། བྱིས་དག་ལ་ཀྱང་འདུས་ཟེར། ། བཞག་ཆུང་ག་ལྟུང་འཕེན་ལེན་དེ། །  
 བྱིས་ས་བཞག་ཀྱང་འདུས་ཡིན། ། ཡང་ན་སྤོང་སྤྱད་ཀྱང་འདུས་ཟེར། ། བྱི་  
 བཞི་ནང་བཞི་བཅི་བ་དེ། ། བྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་ཀྱང་འདུས་ཡིན། ། མདོར་ན་  
 གཅིག་ལན་བཅུ་གཅིག་དང་། ། གཉིས་ལན་བཅུ་ལ་སོགས་པ་ཡི། ། རྒྱ་མའི་  
 ལན་དུ་བྱི་མ་ཡིན། ། ལན་ཚུན་གོ་སྐར་དབྱེད་པ་ནི། ། རྩིང་མིག་སྒོག་ག་ལྟུང་  
 བཟང་ངན་སོགས། ། ལན་ཚུན་སྒྲགས་ཏེ་སྒྱིར་དབྱེད་ཡིན། ། ཡང་གཅིག་ལན་  
 བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་ཡིན། ། གཉིས་ལན་ལྷ་ལ་ལྷ་ལན་དགུ། ། ག་ལྟུང་ལན་  
 རྒྱག་ལ་རྒྱག་ལན་བཅུ། ། བཞི་ལན་བརྒྱད་ལ་བརྒྱད་ལན་བཅུ་ག་ལྟུང་སྟེ། །  
 འདི་ནམས་རང་ས་ཕན་ཚུན་དང་། ། དག་ས་ཕན་ཚུན་ཞན་ན་བཟང་། ། བཟང་  
 དན་བྱེད་མ་འབྲིང་ཡིན་ལ། ། རྒྱ་བྱི་གཉིས་ལས་བྱི་མ་གཙོ། ། དཔེར་ན་གཉིས་  
 ལས་ལྷ་གཙོ་ཞིང་། ། ག་ལྟུང་ལས་རྒྱག་གཙོ་སོགས་ཀྱིས་འགྲེས། ། ཁ་ལེན་  
 ཕལ་ཆེར་མགོན་ལ་བཅི། ། ཀྱང་ལེན་ལ་འདི་སོ་བ་ཡིན། ། ལའང་ཁ་ལན་ཐམས་  
 ཅད་དེ་ལོ་ཡིན། ། འཕྲལ་ཀྱེན་སྒོ་བྱར་འབྱུང་ཡང་ཐང་། ། བྱིས་མཆོས་ངན་ན་  
 སང་ཐོད་ཡིན། ། སང་ཐོད་བར་དུ་གཅིག་བཞག་ཡིན། ། བསུས་མ་ངན་ན་  
 རྩིས་ཐོད་ཡིན། ། རྩིས་ཐོད་བར་དུ་རྩིས་བཞག་ཡིན། ། ཚེ་མོ་ལང་ན་གཏོ་མེད་  
 ཡིན། ། དེ་ལྟར་ལན་དུ་གྱུར་བའི་གནས། ། དེར་ནི་བབས་པའི་མདུད་པ་ནི། །  
 རྩིར་བཏང་སྐྱུ་ལེན་སྐྱིར་ལྟ་བུ། ། བཟང་ཞིང་སྐྱིར་ལན་སྐྱུ་ལྟ་བུ། ། མདུད་  
 ཆད་རིགས་ཡིན་ངན་པས་ན། ། ཁོ་བཟང་ཡང་སོ་སོའི་ངན་པ་ཡོད། ། ཁམས་

གྱི་ཁྱད་པར་ལ་བརྟེན་ནས། བྱོད་ཕུར་ལན་དུ་སྐྱམ་མཉམ་ན། ཁྱད་གི་ལུ་  
 གུ་ལྷགས་སྐྱུང་གིས། ཟིན་པ་ལྟ་བུ་དན་བཤད་ཡོད། མཐུད་དན་རང་སར་  
 བབས་པ་ལའང་། ཉེའི་མཐུད་ཆད་བབས་ན་བཟང་བཤད་དང་། བབས་  
 ལན་བཤད་པ་དན་པ་ཡང་། གནས་སྐབས་ལས་ལ་ལྟོས་ན་ནི། བཟང་  
 བའང་ཡོད་དེ་བྱོད་ཕུར་ལན། གལ་བར་བྱས་ཆུང་འཛོལ་ལ་ཤི། སྦྱིར་དན་  
 ཡང་འཛོལ་བཙུགས་བཟང་བ་ལྟའི། དམིགས་བསལ་རིག་པས་ཤེས་པར་  
 བྱ། བྱུང་ཐར་གྱོད་ཐར་བཤད་པ་ནི། རུ་སོད་དེ་མི་ཕུར་སྐྱམ་གྱིས་བྱུང་། །  
 མ་ཟེ་ཨ་ཁད་སྒྲོ་ཆོས་བྱུང་། ར་འབན་དིང་དིང་དག་གིས་བྱུང་། ཁྱད་ཟེར་སྒྲོ་  
 ཡི་མགོ་ཡོད་པས། སྒྲོ་ཡི་དན་སྒྲིགས་བྱུང་བ་ཡིན། སྐུར་བྱ་གཉིས་ཡོད་མི་  
 སྐུར་དན་རིགས་བྱུང་། སྐྱམ་ཡོད་པས་སྐྱམ་གྱི་དན་རིགས་བྱུང་། ཉེ་ཡི་རིགས་  
 འགྲེས་ཀྱན་ལ་དབྱུང་། གཞན་ཡང་གོང་བཤད་ཁ་འཛིན་དང་། རྩིའལ་  
 སོགས་བཞིན་དུ་ཤེས། སེ་སྒྲོད་ལན་དུ་བྱོད་ཕུར་དང་། བྱ་ཡན་བབས་ན་  
 གྱོད་ཐར་ཡིན། བྱ་རལ་ལན་དུ་ཨ་ཁད་དང་། གལ་བར་བབས་ན་གྱོད་  
 ཐར་ཡིན། སོ་ཡོན་ལན་དུ་སྐྱིན་དིང་དང་། ལི་ཡན་ལན་དུ་བྱ་ཕུར་རྣམས། །  
 གྱོད་ཐར་ཡིན་སོགས་ཀྱན་ལ་འགྲེ། སྦྱིར་སྒྲིགས་མའི་ལན་དུ་དྲངས་མ་ན། །  
 རང་སྒོག་རང་གིས་བརྟོན་པ་ཡིན། དྲངས་ལེན་སྒྲིགས་མ་དེ་ལས་ལྷོག།  
 གཡས་འདོགས་ལན་དུ་གཡོན་འདོགས་ན། ལལ་ཏུ་ཡོད་པ་སྦྱི་ལ་གོད། །  
 གོ་ལོག་བཤད་པ་བསྒྲོག་སྟེ་སྐྱུར། སུ་བརྒྱུག་ལན་དུ་མ་བརྒྱུག་ན། ཁབ་

ཅམ་རྟེན་ན་ལུབ་ཅམ་བོར། །མ་བརྒྱག་ལན་དུ་བརྒྱག་ན། །དབྱིད་ཀྱི་རི་  
བོང་ལག་པ་དེ། །སྟོན་གྱི་ག་ལོའི་རྐང་པར་སོང་། །བརྒྱག་མེད་ལན་དུ་བརྒྱག་  
ཡོད་བཟང་། །དེ་ཡང་མོ་མདུད་གཅིག་པ་ཡི། །རིགས་ལ་བྱུང་པར་བརྟག་བྱ་  
སྟེ། །དཔེར་ན་དིང་དིང་བརྒྱག་མེད་ལན། །བརྒྱག་བཟང་བབས་པ་ལྟ་བུ་  
དང་། །དིང་དིང་བརྒྱག་བཟང་བབས་པའམ། །ཡང་ན་དིང་དིང་གཅོང་མའི་  
ལན། །སྟོ་བརྒྱག་རང་སྟོག་རང་བཅད་སྟོགས། །བཟང་ངན་བྱུང་པར་ཆེ་བ་  
ཡིན། །དེ་སྟོགས་ས་བོན་ཅམ་ཞིག་སྟེ། །རྒྱས་པར་རིག་པས་སྟོ་ཤེས་བྱ། །  
གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དམིགས་བསལ་ལ། །བྱེ་བྲག་སོ་སོའི་བབས་ལན་ནི། །  
མདུད་རྫོང་སྟེ་ཆོན་མཐའ་རུ་བཤད། །དམིགས་བསལ་འགའ་ཞིག་བཤད་པ་  
ལས། །སྟྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྣམ་པ་གཉིས། །དང་པོ་གཅིག་གིས་གཅིག་བསྐྱེད་  
པ། །ཁྱེ་བས་ལ་ཆོ་དང་ནི་བྱ་ཡུན་སྐྱེད། །ཅོ་ར་ཡིས་ནི་སྐྱེར་བསྐྱེད་དེ། །མད་  
ཀྱི་མ་ས་དང་ནི་སྐྱ་ཡུན་བསྐྱེད། །ཁྱི་བུར་གྱིས་ནི་བག་བྱ་བསྐྱེད། །སྟྱིན་དིང་  
གིས་ནི་བྱོད་བུར་བསྐྱེད། །རྩང་ཟེ་ཡིས་ནི་ཆོ་ལ་ཆེ་བསྐྱེད། །ལ་ཆོས་བྱ་ཡུན་  
རྩང་བསྐྱེད་དེ། །ཨ་ཁད་ཀྱིས་ནི་སེ་རྟོད་བསྐྱེད། །མུ་སས་བྱ་ཡུན་བྱ་རལ་  
བསྐྱེད། །བག་བྱས་སྟྱིན་དིང་བསྐྱེད་པ་དེ། །སེ་རྟོད་ཀྱིས་ནི་སོ་ཡོན་བསྐྱེད། །  
བྱ་བུར་གྱིས་ནི་དིང་དིང་བསྐྱེད། །བྱོད་བུར་གྱིས་ནི་ཨ་ཁད་བསྐྱེད། །སྟྱིར་  
ཡུན་གྱིས་ནི་རྩང་ཟེ་བསྐྱེད། །སྟོ་ཆོ་ཡིས་ནི་ད་རོག་བསྐྱེད། །རུ་སོད་ཀྱིས་ནི་  
དམུ་དབལ་བསྐྱེད། །ཆོ་ལ་ཆེ་ཡིས་ནི་བྱ་རལ་བསྐྱེད། །རྩང་གིས་སྟོ་བར་བསྐྱེད་



པ་དང་། གསེར་བྱས་རུ་སོད་རིགས་ནམས་བསྐྱེད། ཁེ་སྟོད་གྱིས་ནི་རུ་སོད་  
 དང་། ཁོ་ཡོན་སྒོ་བར་གསུམ་ཀ་བསྐྱེད། སྒོ་བར་གྱིས་སྒྱུ་མ་མ་ཟེ་བསྐྱེད། །  
 ཁོ་ཡོན་གྱིས་ནག་རྩུང་ཟལ་ཟལ་བསྐྱེད། འིང་དིང་གིས་ནི་བྱ་ལུར་སྐྱེད། །  
 སྒྱུ་མ་གྱིས་ཁྱི་ལུར་བསྐྱེད་པ་དེ། འདུ་དབལ་གྱིས་ནི་མ་ཆོ་བསྐྱེད། འདྲ་ལོ་  
 གིས་ནི་བྱ་བ་བསྐྱེད། སྒྱུ་མ་ཟེས་ཡར་དིང་བསྐྱེད་པར་བཤད། བཟང་པོ་  
 བསྐྱེད་ན་གོང་འཕེལ་ཡིན། འན་པ་བསྐྱེད་ན་སྟོབས་ཆེ་ངན། ལམ་རིགས་  
 མཐུན་པན་རྩུན་གཅིག་བསྐྱེད་པ། ཁོ་ཡོན་སྒོ་བར་བྱོད་པ་རྒན་རྒོན་བཞིན། །  
 ཟས་དང་ཟ་ཁོ་ཕྱད་པ་ནི། བྱ་རལ་དང་ནི་ཆོལ་ཆེ་བཞིན། མཐུད་པའི་ངོ་  
 བོས་བསྐྱེད་པ་ནི། རྩང་ཟེལ་སྒྱུ་མ་གྱི་མཐུད་ཡོད་པས། སྒྱུ་མ་ངན་པ་བཟང་  
 བོར་གྱུར་པ་བཞིན། འདྲ་མཉམས་སྒྲ་ཆོག་སྒྲ་ལུ་ལས་ནི། གཅིག་གིས་གཅིག་  
 བསྐྱེད་ཤེས་པར་བྱ། འབྲུང་བ་མ་ཡིས་ལུ་བསྐྱེད་དོ། གཅིག་གིས་གཅིག་  
 ལུ་ཟ་ག་ཟ་ནི། བྱོད་ལུར་གྱིས་ནི་བྱ་རལ་ཟ། སྒྱུ་མ་དང་ཆོལ་ཆེས་ལུར་  
 བྱལ་ཟ། རྩང་ཟེལ་ཁ་གདངས་འདི་ཡིས་ནི། འིང་དིང་སྒོ་ཆེ་ཅེ་ར་དང་། ཁྱི་  
 ལུར་བྱོད་ལུར་མིན་པ་ཟ། ཁྱི་ལུར་གྱིས་སྒྱུ་མ་དང་རུ་སོད་དང་། བྱ་རལ་དང་  
 ལུར་བར་བྱ་རལ་ཟ། བྱ་ལུན་གྱིས་ནི་རུ་སོད་ཟ། སྒོ་བར་གྱིས་ནི་ཆོལ་ཆེ་  
 ཟ། བྱོད་ལུར་ཁྱི་ལུར་གཉིས་གྱིས་སྒྱིན་དིང་ཟ། འདྲ་ཡང་མཐུད་པའི་དགྲ་  
 ག་ཤེད་དང་། ལུབ་ཐང་སོགས་བཞིན་བརྟག་བྱ་ཞིང་། འབྲུང་བ་དགྲ་ཡིས་  
 གོགས་ལ་ཟ། ཁོ་ལྷོ་གསུམ་ཡང་གིས་བཀྲུག་པ་དེ། ལ་ཤོང་རྒྱུད་གིས་བཀྲུག་

བ་འདྲ། རྒྱུར་དང་རྒྱུན་དེད་གལ་བར་གསུམ། ། དེ་གསུམ་ལན་གྱི་ཡི་ཡན་  
 ཡིན། ། ཆེ་གསུམ་ཚུ་བལ་བཏེན་བ་དེ། ། རི་རབ་གད་ལ་བཏེན་བ་འདྲ། ། གྱེ་  
 བ་ད་རོག་དམུ་དབལ་གསུམ། ། དེ་ཡི་ལན་དུ་བྱོད་ལུར་ཡིན། ། སྒྲ་གསུམ་སྟེ་  
 ཡིས་བཅད་བ་དེ། ། ཤིང་སྟོང་སོག་ལས་བཅད་བ་འདྲ། ། ཅེ་ར་ཡར་ལྷིང་མ་ཆོ་  
 གསུམ། ། དེ་ཡི་ལན་དུ་ཆོ་མེ་ཆོ་ཡིན། ། རྒྱུ་གསུམ་ཕྱ་ལུས་བཀྲག་བ་དེ། །  
 གཞུ་མེ་རྒྱུད་ཀྱིས་བཀྲག་བ་འདྲ། ། དེ་སངས་རིགས་ལན་གྱི་དམུ་དག་ཡིན། །  
 དབའ་གསུམ་སྒར་མས་དེད་བ་དེ། ། སྒྲག་མོ་མ་སྒྲུམ་དེད་བ་འདྲ། ། ཁྱི་བུར་  
 རུང་ཟེ་བྱ་བུར་གསུམ། ། དེ་ཡི་ལན་དུ་མ་སྒྲུམ་ཡིན། ། དེ་རྣམས་བཀྲག་བའི་  
 ལན་ཞེས་བྱ། ། དྲག་གི་ལན་གྱི་སངས་རིགས་དེ། ། ཤ་བཅོམ་དོང་ནས་ཐར་  
 བ་འདྲ། ། མ་བརྒྱག་ལན་དུ་བྱ་བརྒྱག་དེ། ། འདམ་ལ་མེ་ཏོག་སྒྱེས་བ་འདྲ། །  
 སྟོགས་མའི་ལན་གྱི་དྲངས་མ་དེ། ། མཆོ་ལ་དབུལ་དར་ཆགས་བ་འདྲ། ། འཐོར་  
 བན་ལན་གྱི་བཏགས་བཟང་དེ། ། བྱི་རྒྱོད་སྟོང་ལ་བསྐྱོར་བ་འདྲ། ། དེ་རྣམས་  
 འཐེན་བའི་ལན་ཞེས་བྱ། ། བྱ་བརྒྱག་ལན་གྱི་མ་བརྒྱག་དེ། ། མར་མེ་ཁྲག་  
 གིས་བསད་བ་འདྲ། ། གལ་མས་བརྒྱག་ལན་གྱི་གཡོན་བརྒྱག་དེ། ། དབའ་བོ་གོ་  
 དང་བྲལ་བ་འདྲ། ། དབུས་བརྒྱག་ལན་གྱི་སྒོ་བརྒྱག་དེ། ། ཁོག་བའི་ནང་གི་  
 དུག་རུ་འདྲ། ། འབྲེལ་ཁམས་ལན་གྱི་འཐོར་ཁམས་དེ། ། གངས་དཀར་ཆར་  
 བས་བཤིག་བ་འདྲ། ། དེ་རྣམས་བཤིག་བའི་ལན་ཞེས་བྱ། ། འོགས་བ་ཉི་ཤུ་  
 ཅུ་ལྟེན། ། གྱེ་བ་མི་གངས་བསྐྱེད་ཤིང་ལ། ། ངན་ལུར་སྟེལ་གྲུམ་འཛེགས་

དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་སྤངས་པར་ཨ་ཁད་ཡིན། །གྲི་ཡས་པོར་ལ་དག་བྲག་གསོལ། །  
 ད་རོག་ཕྱགས་གྱི་གསེར་ཅི་ལ། །གོད་ཁའི་སྤར་སོ་ཡར་དོགས་ཡོད། །ལན་  
 ཏུ་སེ་སྟོད་བབས་ན་ཡིན། །སྟོང་ཡས་པོར་ལ་གོད་བྱུབ་བྱེད། །དུས་དབལ་  
 ག་ཤེན་གྱི་ཁ་འཛིན་ལ། །སྟོད་དང་གསུམ་གྱིས་བསྐྱོར་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་  
 ལི་ཡན་བབས་ན་ཡིན། །སྟོང་བ་ལྷ་གསོལ་ཡར་བསང་བ། །དིང་དིང་སྟོན་  
 པའི་བུ་རྒྱུད་དེ། །ངམ་རྗེའི་བུ་ཚས་སྤངས་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་སོ་ཡོན་བབས་  
 ན་ཡིན། །བསྐྱོག་བ་བྱ་ཁིང་ཚ་ཚ་གདབ། །ཨ་ཁད་རྒྱ་རྒྱག་དམར་པོ་ལ། །ས་  
 མདའ་རྒྱ་མོས་ཐོག་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་རྒྱ་བྲག་བྱ་རལ་ཡིན། །མི་ཁ་བྱུབ་  
 མནན་རི་འགྲུབ་བྱ། །ཆོལ་ཆེ་བྱེ་མར་སྒེར་གང་དེ། །ངམ་རྒྱུང་འཛུབ་མས་  
 གཏོར་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་ལི་ཡན་བབས་ན་ཡིན། །ལ་བཅས་བསྟོད་ཅིང་  
 འགོང་བཀར་བྱ། །ཁྱུང་བརྒྱུད་མཛོམོ་ཁལ་ཁྱུར་དེ། །ཡ་བརྒྱུད་གོང་ཚས་  
 བསང་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་ཨ་ཁད་བབས་ན་ཡིན། །སྤར་མཛོའི་སྟིང་དུ་  
 སོལ་རོག་བཅུག །ཐང་ཐོམ་ཡ་བརྒྱུད་བཀལ་ལ་བོར། །སྤྱ་བཅོས་གཏོན་ག་  
 ཞིབ་བྱ། །ཡར་ལྗིང་མི་གངས་བསྐྱེད་ཤིང་ལ། །གནམ་ལྷགས་སྤྲུལ་ཐོག་  
 དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་སྤངས་པར་བྱ་རལ་ཡིན། །སྤང་བསྐྱོག་བྱ་ཁིང་སྟེ་ཁིང་  
 བཅུག །ས་ཆོ་ཐོ་ལྷའི་དར་མདུང་ལ། །སྤོན་མདུང་ནག་པོ་རེད་དོགས་ཡོད། །  
 ལན་དུ་གལ་བར་སེ་སྟོད་ཡིན། །སྤར་བུའི་མི་ནག་བཅུག་སྤུམ་ལ། །རེ་བའི་  
 བ་དན་བརྒྱུད་དུ་བཅུག །མདའ་མདུང་ཆག་པོ་དགྲ་དང་སྤྲགས་ལ་བོར། །

ཡར་ལ་དར་མུང་ལ་བཅས་བསྟོད། །ཤུ་བརྒྱུ་ཞོར་བུ་རིན་ཆེན་ལ། །ཅ་  
ནག་ཐུང་གིས་ཕོག་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་སྟོ་བརྒྱུ་ཐུང་ན་ཡིན། །ཐུང་བཀར་  
ཅ་དཀར་གཡང་སྒྲུབས་བྱ། །དུ་དག་བྱ་བའི་སྒྲ་ཐག་ལ། །ངམ་སྒྲུང་བུ་ཡག་  
ཕོག་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་བུ་སྟོ་སྟོ་བརྒྱུ་ཡིན། །གཡག་བུ་རྩོ་ནག་ལོ་  
གངས་ཐུག་གིང་ནག་སྒྲུང་ལ་ངར་མི་བསྟོན་ལ་བོར། །མཆོད་རྟེན་བཅིགས་  
སམ་སྒྲུ་དཀར་གསོལ། །གལ་བར་དུང་གི་སྒྲུང་བོ་ལ། །བདུད་སྒྲུང་རོབ་བོས་  
བརྒྱད་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་དུ་དག་བྱ་བུ་རལ་ཡིན། །བདུད་གྱི་ཁྲམ་ཁ་སྟོང་  
བསྟོག་བྱ། །བྱ་ཡན་བུ་མོ་གནས་བདམ་དེ། །བྱ་གེ་ཨ་འདྲེས་བསྒྲུ་དོགས་  
ཡོད། །ལན་དུ་ཐུང་བར་ཨ་ཁད་ཡིན། །ལྟ་རོ་བསྟོད་ལ་ཤུག་མགོན་བརྒྱ།  
སྒྲུང་ཟེ་གཡུ་འབྲུག་སྟོན་བོ་ལ། །ཟེ་བ་མེ་ཡིས་ཆོག་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་  
བག་ལྷི་བུ་སྟོད་ཡིན། །རྒྱས་བ་བཏང་ལ་གནམ་སྟོ་བཅད། །རྒྱང་སྒྲུང་གངས་  
སེང་དཀར་མོ་དེ། །ཐོ་རེངས་བམོས་ཕོག་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་སྟོ་བརྒྱུ་  
བབས་ན་ཡིན། །ལྟ་གསོལ་ཡུལ་ས་འདན་བར་བྱ། །ཅོར་གནམ་ལྟགས་རལ་  
གྱི་དེ། །ཁ་ཉེས་སོ་སྟོར་རེད་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་ཐང་ལེ་སྒྲུ་དམར་ཡིན། །  
གིང་གི་རལ་གྱི་ཁ་ཉེས་སྟོག་ །གམང་ཐུབ་དང་སྒྲགས་ལ་བོར། །བག་བྱ་  
བུར་དུང་གི་རྒྱ་བདེ། །བྱ་འཇུག་གཟུང་ཡིས་མིད་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་  
སོ་ཡོན་རྟིང་བཤལ་ཡིན། །གཟུང་སྒྲུ་འབྲུགས་བ་ཡོ་བཅོས་བྱ། །བག་བྱ་ཡན་  
གསེར་གྱི་ཉི་མ་དེ། །ངམ་སྟོན་ནག་བོས་གཡོགས་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་ཐང་

ལེ་བག་ལྷི་ཡིན། །གསལ་མཁའ་བསྟོན་ལ་གཏོར་སྒྲུ་བཅུག །བག་མུ་ས་ཤེལ་  
 གྱི་སྒྲར་མ་དེ། །ངམ་རྒྱུང་འཛུབ་མས་གཏོར་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་ལི་ཡན་  
 རིགས་བབས་ཡིན། །ཉེའུ་འདོན་སྒོག་བསྐྱུ་དབལ་སྤང་བ། །སྒྱིན་དིང་ཡོད་  
 གྱི་སྒྲོན་མ་ལ། །མེད་རྒྱུང་ནག་པོས་བསང་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་  
 ཡིན། །སྟོང་ཡས་པོར་ལ་གསེར་འོད་འདོན། །སྐུ་མཉམ་ཤུལ་རིང་མགོན་  
 པོ་དེ། །མི་རྟོན་ཆོས་པོས་བཅོམ་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་སྐུ་ཆད་སྐུ་ཆན་ཡིན། །  
 དག་ཕུབ་གཏོར་བསྐྱོག་ཤུག་མགོན་བརྒན། །རེ་སེ་གྲུ་རྒྱལ་དགའ་བོ་དེ། །  
 དམེ་དང་བཅོག་གིས་མཐོལ་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་བག་ལྷི་ཐང་ལེ་ཡིན། །  
 བསང་སེལ་གྲུ་བཅོས་རྣམ་འཛུམས་བ། །སྒྱིར་བྱ་དག་སྤེལ་མ་མོ་དེ། །ངམ་  
 འབར་ནག་པོས་བསྐྱུ་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་དམ་ཆུ་སྐུ་ནག་གམ། །ཆུ་སྐར་  
 སྐུ་ནག་བྱ་བ་ཡིན། །སྤང་ལ་ཤིང་གི་མི་བསྒྲོན་ལ། །མགོ་ལ་རེ་བའི་བདན་  
 བཅུགས་ལ་བོར། །ཡར་ལ་ཁ་དྲག་ཤུག་མགོན་བརྒན། །བྱོད་ཚུར་དུང་གི་ལུ་  
 གུ་དེ། །ངམ་སྐུང་ནག་པོས་བསང་དོགས་ཡོད། །ལན་དུ་སྐུ་མཉམ་སྒོ་བརྒྱག་  
 ཡིན། །ལམ་བསལ་ཟམ་འཕྲུག་ཆོམ་བཅང་། །དེ་དོགས་པ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྔ་  
 ཡིན། །ཡང་རེ་བ་ཉེར་བདུན་བཤད་བན། །ན་འབན་སེར་བརྟེན་དེ་ལ། །  
 ལུག་གི་བསྐྱར་ཐག་དགྱི་དུ་རེ། །ལན་དུ་ན་འབན་ཁྱོད་རྒྱུང་ཡིན། །དག་ལ་  
 རྒྱག་ན་ལུག་བསྐྱར་ཐོབ། །ཕྱི་མ་གཞན་ལ་བཟང་རྒྱུ་མེད། །མ་ཟེ་བཅོན་གྱི་  
 རག་པ་ལ། །གཤིན་གྱིས་ཕྱག་རྒྱས་བཅད་དུ་རེ། །ལན་དུ་སྐུ་མཉམ་སྐྱེ་ཆེན་

ཡིན། །འདྲེ་བཏགས་གཡེན་དཀར་མོ་ལ་བཟང་། །སོ་ཡོན་མུན་པའི་གཏེར་  
ཁུང་དུ། །གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་བཏགས་སུ་རེ། །ལན་དུ་བྱ་ཡུན་སྡེ་དུག་ཡིན།།  
ལྷག་པར་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲིན་དིང་ཐ་བོང་ཁབ་ཁེབ་དེ། །སྒྲོ་ཁར་  
གྲོར་མོར་བཏང་དུ་རེ། །ལན་དུ་ཆོལ་ཆེ་བྱ་བརྒྱག་ཡིན། །ཁྲིང་བྲག་བདུད་གྱི་  
སོག་ལེ་ལ། །སྒྲོན་པའི་རྟ་མིག་ཚུག་ཏུ་རེ། །ལན་དུ་སྒོ་བར་མདོང་བྱ་ཡིན། །  
དམག་དང་ཇག་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །འི་ཡན་ཁང་སྟོང་སྒྲུ་མོ་ལ། །ཁྲིད་གྱི་ཆུ་  
མིག་རྩོལ་དུ་རེ། །ལན་དུ་བག་གི་བྱ་བྱར་ཡིན། །ལྷག་པར་སྤིང་སྒོང་མོ་ལ་  
བཟང་། །སྒོ་བར་མཁོན་གྱི་ལག་པ་ལ། །གསེར་གྱི་ཐར་མ་སྒྱུར་དུ་རེ། །ལན་  
དུ་སྒྲུར་དཀར་བྱ་བརྒྱག་ཡིན། །ཐབ་ལྷ་གསོ་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །སེ་སྟོང་  
ནལ་གྱི་གསུས་པ་ལ། །མི་དར་ཆུ་འབྱུབ་ནམ་བཞི་རེ། །ལན་དུ་དེ་སོག་བཟང་  
རིགས་ཡིན། །དུ་ཡི་མི་དར་ཆུ་འབྱུབ་ཡིན། །ཁར་སྤིང་ཤིང་ཐུང་ཆུ་ལོག་  
ལ། །ཤིང་ཐུན་ཡལ་ག་སྒྲེ་དུ་རེ། །ལན་དུ་དུ་དག་གཡས་བརྒྱག་ཡིན། །ཅ་  
སོད་བདུད་གྱི་ཇག་པ་ལ། །ལྷ་ཡི་དམག་གི་སྒྱུབས་སུ་རེ། །ལན་དུ་ཐ་ཆོལ་  
ཡབ་སྐས་ཡིན། །སྒོ་བརྒྱག་སྤོན་གྱི་སྒོ་དོང་དེ། །ལྷ་ཡི་ཐུག་རྒྱས་བཅད་དུ་རེ།  
ལན་དུ་བྱ་བརྒྱག་བཟང་སྡེ་ཡིན། །དབྱིས་ཁམས་མཐོང་དམིགས་གྱི་འཛིན་  
ལ། །གཤེན་གྱིས་གྱི་འཛིན་བཅིང་དུ་རེ། །ལན་དུ་བྱ་བརྒྱག་བཟང་སྡེ་ཡིན།།  
བྱ་རལ་ཐུང་གི་རི་བོ་ལ། །ས་མདོའི་སྒྲུ་མཁར་ཚུགས་སུ་རེ། །ལན་དུ་གལ་  
བར་ཐོད་དཀར་ཡིན། །ཡུལ་བཟུང་མཁར་རྩིག་མོ་ལ་བཟང་། །བྲག་རན་

རིགས་བདུད་གྱི་རྒྱུན་མ་ལ། །ལྟ་ཡི་སོ་བས་མཐོང་དུ་རེ། །ལན་དུ་སངས་གྱི་  
 བཟང་སྒྲེ་ཡིན། །ནེ་ཆོ་བྲག་གི་མཆོ་མོ་ལ། །དྲོ་གསལ་ཉི་མ་ཤར་དུ་རེ། །ལན་  
 དུ་བག་གི་བྱ་ཡུན་ཡིན། །ཡུང་ཁད་ཡུང་དྲིལ་ཅག་ཆང་ལ། །སྒྲོན་པའི་རྟ་དཀར་  
 འབྱུང་དུ་རེ། །ལན་དུ་སྒྲོ་ཆེ་མདུང་བྱ་ཡིན། །སྒྲུམ་ཀན་ཁྱིམ་ཡུར་ར་ལོག་ལ། །  
 ཆོང་བའི་བྱུང་མ་བཅུགས་སུ་རེ། །ལན་དུ་སྒྲུམ་མཉམ་བྲ་ཆེན་ཡིན། །མཛོ་  
 དང་ཆོང་བའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲུམ་སྒྲུམ་རྩ་ནག་སྒྲུབ་གསུམ་ལ། །རྩ་དཀར་  
 སྒྲེ་འཕེལ་ཡོད་དུ་རེ། །ལན་དུ་ཡར་ལྷིང་བོང་མིག་ཡིན། །ཁུ་སྒྲར་རོ་བཞེག་  
 རོ་དམར་ལ། །ལྟ་ཡི་གཞལ་ཡས་ཁད་དུ་རེ། །ལན་དུ་དིང་དིང་དྲིལ་དཀར་  
 ཡིན། །རོག་པ་རྟ་བདུད་སྒྲུབ་གསུམ་ལ། །ལུ་ཉིག་ཤེལ་དུ་རྒྱག་ཏུ་རེ། །ལན་  
 དུ་རེ་སྒྲུ་ནེ་ཡིན། །ལྟག་པར་རྟ་རྒྱག་མོ་ལ་བཟང་། །ཡུང་བར་ཁྱིན་གསུགས་  
 མགོ་ལ། །དུང་ཁྱི་སྒྲུབ་ཁྱིར་འབྱུང་དུ་རེ། །ལན་དུ་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་ཡིན། །  
 བག་ལྷི་ཐེའུ་རང་ར་ཞོན་ལ། །དག་སྒྲས་དྲན་རྒྱུས་སངས་སུ་རེ། །ལན་དུ་  
 དུངས་མ་གཡུ་སྒྲོན་ཡིན། །ཁུ་སྒྲར་སྒྲུམ་འདྲེ་མའི་ཁྱོས་རྒྱུ་ལ། །རྩ་དཀར་དྲན་  
 རྒྱུ་རེད་དུ་རེ། །ལན་དུ་ལུ་དཀར་སངས་ཡིན། །སྒྲུམ་སེ་རྒྱུ་མོར་བྲག་སྒྲངས་  
 ལ། །ལྟ་ཡི་དྲན་རྒྱུ་རེད་དུ་རེ། །ལན་དུ་སྒྲོང་རི་ཡུང་དཀར་ཡིན། །ཁུ་དོ་ལི་  
 ཡན་མེད་གྱི་རུམ་ལ། །ཡོད་གྱི་འབྲས་བུ་ཆགས་སུ་རེ། །ལན་དུ་ལྷི་བུར་གསེར་  
 མགོ་ཡིན། །དམ་འཇུ་རུ་སོད་བྱ་བ་དེ། །སོལ་བྲངས་གྱི་བྱ་ནག་ལ། །སོ་ལྟ་  
 བྱ་དཀར་འཛོམ་དུ་རེ། །ལན་དུ་རྒྱང་སྒྲར་གཡས་རུ་ཡིན། །རི་བ་ཉི་ཤུ་རྩ་

བདུན་ནོ། །ཡང་འཛིགས་མིག་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་ནི། །མགྲོགས་པའི་ཚྲོན་ན་  
 ལག་དོང་འཛིགས། །བྱོད་ལུང་ལན་གྱི་སྒྲིབ་ཡིན། །དཔའ་པོའི་ཚྲོན་ན་རྩ་  
 ཆེན་འཛིགས། །སྒྲོག་དམར་ལན་གྱི་སྒྲུམ་སྒྲོ་བརྒྱུག། །མཆོན་ཚྲོན་ཚྲོན་ལ་ཡ་  
 པོང་འཛིགས། །ཤིང་ཅུའི་ལན་གྱི་སྒྲིབ་དིང་ཡིན། །མཛོ་ཁྱུང་དཀར་ཚྲོན་ན་  
 རྩ་དོ་འཛིགས། །ཁྱུང་བརྒྱང་ལན་གྱི་སྒྲུང་སྒྲོ་བརྒྱུག། །འབྲི་ཐུས་ལའི་ཚྲོན་ན་  
 དོམ་ནག་འཛིགས། །སྒྲུང་ལན་སུམ་མཉམ་སྒྲག་མོ་ཡིན། །ར་མའི་ཚྲོན་ན་  
 འཕར་བ་འཛིགས། །བག་ལྷའི་ལན་དུ་སྒྲིབ་ཡིན། །ལྷག་གི་ཚྲོན་ན་རི་རྒྱུང་  
 འཛིགས། །ཆོལ་ཆའི་ལན་དུ་སུམ་མཉམ་ཡིན། །རྟ་ཡི་ཚྲོན་ན་རྒྱ་སྒྲག་འཛིགས། །  
 སྒྲོ་ཆའི་ལན་དུ་ཨ་ཁད་ཡིན། །རྒྱ་སྒྲག་ཚྲོན་དུ་སྒྲང་ཐུང་འཛིགས། །ཨ་ཁད་  
 ལན་དུ་སུམ་མཉམ་ཡིན། །རེ་འབྲམས་ཚྲོན་ན་སྒྲ་ཅི་འཛིགས། །ཆེ་གསུམ་  
 རྟོར་དུག་ལན་དུ་དཀར་ཐོག་ཡིན། །སྒྲ་བ་པོག་པོའི་ཚྲོན་ན་འགྲུག་སྒྲི་འཛིགས། །  
 དཀར་ཐོག་ལེན་དུ་རྩང་ཟེ་ཡིན། །རྟ་གྲོ་བོ་ཅན་ལ་རྒྱུན་དོ་འཛིགས། །བྱོད་  
 ལུང་ལན་དུ་སྒྲུར་བྱ་ཡིན། །གཡག་རོག་པོ་ཅན་ལ་ཐོད་མདའ་འཛིགས། །རུ་  
 སོད་ལན་དུ་བྱོད་ལུང་ཡིན། །སྒྲང་ཆེན་ཚྲོན་ན་བྱི་ཅི་འཛིགས། །ལ་བར་ལན་  
 དུ་རྩང་སྒྲུ་ཡིན། །ལྷ་མགོན་ཚྲོན་ན་ཟས་དུག་འཛིགས། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་  
 རྩང་སྒྲས་རྒྱ། །~~རྩང་སྒྲས་རྒྱ།~~ དོན་ལ་ག་རང་རྩང་རྒྱ་ཡིན། །སྒྲན་མཛེངས་མའི་  
 ཚྲོན་ན་མཛོ་རོ་འཛིགས། །དུངས་མ་གཡུ་སྒྲོན་ལན་དུ་སྒྲེས་སྒྲེ་ཡིན། །ཉིག་  
 རུའི་ཚྲོན་ན་རི་རྒྱུང་འཛིགས། །བྱོད་ལུང་ལན་དུ་སུམ་མཉམ་ཡིན། །སྒྲང་གི་



ལན་དུ་པོ་ཐོ་འཛིག་ས། དཀར་ཐོག་ལན་དུ་སྒྲེར་ཡིན་ནོ། །ཨ་བའི་སྒྲོན་ན་  
 མེ་མང་འཛིག་ས། བྱིད་མུར་ལན་དུ་སྒྲེར་ཡིན་ནོ། །སྤང་ཆེན་སྒྲོན་ན་བུ་ལྷག་  
 འཛིག་ས། གལ་བར་ལན་དུ་ན་འབན་ཡིན། བཅན་པོའི་སྒྲེར་ན་ཐོག་དོ་  
 འཛིག་ས། ཟུམ་མཉམ་ལན་དུ་སྒྲུམ་སྒྲོན་ཡིན། འཛིག་ས་མིག་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་  
 འདི། སྦྱིར་ལན་ལ་དེ་ཆོ་མི་ལྟོ་སྟེ། རང་ས་ཁྱི་སའི་འཕེན་དབྱེད་ཡིན། སྦྱི་  
 སར་ཁས་དྲག་རྒྱམས་བབ་ན། རང་སར་དེ་ཡི་ལན་རྒྱམས་སྟུ། འཛིག་ས་  
 མིག་བབས་ན་དག་ལན་ཐེབས། རང་སར་སྒྲོན་མ་རྒྱམས་བབས་ནས། སྦྱི་  
 སར་འཛིག་ས་མིག་རྒྱམས་བབས་ན། དག་ལ་དོགས་པ་ཆེན་པོ་དགོས། །  
 བྱེད་པར་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་རྒྱམས། བཅུ་གཅིག་དང་ནི་འཛིག་ས་མིག་རྒྱམས། བཅུ་  
 གཉིས་སྒྲེར་དུ་བབས་པ་ལ། རོས་བཟུང་བཤད་པ་གཞུང་ན་སྤང་། ཡང་  
 དན་པོའི་མཐའ་མིག་བཤད་པ་ན། བཅུ་པོ་མན་ཆད་གསུང་བྱུང་དང་། བཅུ་  
 གཅིག་སྒྲེར་དུ་རྩྱུང་རིགས་ན། གསུང་བྱུང་རི་ཕྱོད་འདྲ་བ་བརྒྱད་ཅུ་དེ། མཐའ་  
 མིག་གཅིག་ཏུ་རྩྱུང་བ་ཡིན། དགུང་སྒྲོན་དཀྱིལ་དུ་གསུང་བྱུང་གི་ ཡ་རབ་  
 ཁྲེལ་ཐོག་གདན་ས་ཤོར། གཏོ་ལ་སེལ་དཀར་སེལ་ནག་བྱ། དེ་བཞིན་བཅུ་  
 པོ་མན་ཆད་དང་། བཅུ་གསུམ་བབ་ལྷགས་གཞིར་བཞག་ནས། སང་ཆེན་  
 རྩྱུང་གི་སྒྲུམ་མཉམ་ན། སང་ཆེན་ཉི་མ་ཤར་འདྲ་རི་རབ་ཁ་ལ་ཤོར། སངས་  
 རིགས་ལུ་ས་ཤོར་བྱུང་ན། སངས་ཕྱོད་ལྷ་བ་ཆས་འདྲ་གཟའ་ཡིས་ཟེན། སྦྱི་  
 བུར་སྒྲུམ་དན་རྩི་མཚོན་དོ་ཡིས་བརྒྱད་། སྦྱོ་ཆོ་རྩྱུང་གི་མ་ཟེན། སྦྱོ་ཆོ་ལོ་མ་

དགྲ་འཕྱུར་མིན་ལུས་ཟོས། །བྱ་ཡུན་དང་ནི་སོ་ཡོན་ན། །བྱ་ཡུན་བྱ་ཁྲ་མཆད་  
 བརྒྱད་སོལ་བྲས་བཅོམ། །ལི་ཡན་དང་ནི་སོ་སང་ན། །འཛོར་བྱེད་མྱེ་བརྒྱད་  
 རམ་གྱི་མུན་པས་བྱིར། །ཁྱུང་བརྒྱད་སྟེར་ནག་ཐུར་ཐུང་ན། །ཁྱུང་བརྒྱད་མྱེ་  
 བཞི་དུག་རི་ནགས་ལ་ཤི། །རུ་སོད་ལན་དུ་སྟེར་དང་ལི་ཡན་ན། །རུ་སོད་རུས་  
 བན་མྱེ་དུག་བྱི་ཤས་བརྒྱག། །ཁྱེ་ཟེ་དང་ནི་བྱ་ཡུན་རོག་མོན་། །ཁྱེ་ཟེ་མྱེ་  
 བཞི་དག་པོའི་ཐབ་གྱིས་བསང། །རྐང་སྤར་གཡས་རུ་ཐུང་ཁད་ན། །དུང་  
 མེར་ལྷག་ཆོགས་ཐུང་པ་ཡིན། །སྒྱུ་མ་རིགས་མུ་ཅ་ལི་ཤག་ན། །སྒྱུ་མ་ཐུ་འད་  
 ཉེར་ལུ་ཐན་པས་བརྒྱམ། །སངས་རིགས་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། །སངས་སྤྱང་  
 འད་བརྒྱད་ཐུ་ཤལ་ཡིས་དུག། །སྟོ་སང་ཐ་ཆོ་ཐུར་ཐུང་ན། །སྟོ་སང་སྤྱང་འད་  
 བརྒྱད་ཐུ་ཐབ་གྱིས་བསང། །དགར་རིགས་ལན་དུ་སྟེར་ནག་བྱ་རལ་ན། །  
 དགར་ལྷ་འོ་བྱི་ཡིས་བརྒྱིས་པ་ཡིན། །དེ་སོགས་མཐུད་པའི་མཐའ་མིག་ནམས། །  
 རྒྱས་པར་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཡང་བཟང་བའི་འབྲོས་རི་བཤད་པ་ན། །  
 བརྒྱའོ་མན་ཆད་གཡུང་དྲུང་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་གྱེ་བ་རིང་ཤག་ན། །དུང་རའི་  
 ཁ་ལ་ཉི་མ་ཤར། །ཡ་རབ་གཅིག་གི་མོ་ལ་བཟང་། །ཁབ་ལུགས་དེ་བཞིན་  
 སྤྱར་ནས་སྟ། །སད་ཁམས་བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་ན། །རི་རབ་ཁ་ལ་བླ་བ་ཆོས། །  
 མྱི་ཐུར་མུ་ས་ཡ་རིན། །དགྲུང་ལ་འཇའ་ཆོན་ཤར་བ་ཡིན། །རྫོ་མཆོན་ཉེར་  
 ལུ་རྫོ་གཡང་འཁོར། །སྟོ་ཆོ་རྟོ་ཆོད་འབར་མ་ན། །ཤིང་ཆོན་ལོ་འདབ་རྒྱས་པ་  
 ཡིན། །བྱ་ཡུན་སྟེར་གྱི་བཟང་རིགས་ན། །བྱ་ཡུན་གསལ་པའི་སྟོན་དང་འཕྲད། །

ཡི་ཡན་ཚེ་ལ་ཚེ་བྱ་བ་རྒྱུག་ན། །ཡི་ཡན་གཡུ་བྱན་གཡང་དང་འཕྲད། །རུ་སོད་  
ལ་ཚེ་དཔའ་མདུང་ན། །གངས་ལ་གཡུ་བྱན་ཆགས་པ་ཡིན། །སྒྱུ་མ་དང་ཅེ་ར་  
ལ་ཐོགས་ན། །སྒྱུ་མ་རིགས་ལྟ་ཁང་གནས་དང་འཕྲད། །སྒྱུ་མ་མཉམ་སྒྲིལ་  
དཔུལ་ཆབ་ན། །བྱ་རྒྱལ་སྟོད་པོ་གནས་དང་འཕྲད། །སྒྲོ་སང་མུ་ས་ཡ་རིན། །  
སྒྲོ་སང་སྒྲུང་བྲག་གནས་དང་འཕྲད། །ཁྱུང་བ་རྒྱུད་ཀྱི་བ་སད་དེ་ན། །ཁྱུང་ཆེན་  
གནས་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། །བྱ་རལ་ཚེ་ལ་ཚེ་ལུག་གྲུ་ན། །བྱ་རལ་ཚེ་ལོ་གནས་  
དང་འཕྲད། །ཁྱིང་རིགས་སྒྲོ་ཆེ་མདོང་བྱ་ན། །ཁྱིང་རིགས་གཡུ་བྲག་གནས་  
དང་འཕྲད། །དེ་སོགས་བྱན་མིན་ཁ་འཛིན་གྱི། །མདུང་བ་དམིགས་བསལ་  
ཤེས་པ་གཡུ། །ཞིབ་པར་མན་ངག་ཡིག་སྒྲར་གསལ། །དེ་དག་མཚོན་པ་  
ཅུ་རྩེ། །ཡན་གྱི་དམིགས་བསལ་སྒྲ་ཚོགས་ནི། །ཤེས་བྱའི་ཤམས་བཞིན་  
མཐའ་མེད་ལ། །སྒྲ་བས་སྒྲུ་བ་བས་པའི་དོན་དག་ལ། །ཁྱོས་ནས་བཟང་ངན་  
དམིགས་བསལ་གྱང་། །རང་གི་རིག་བས་ཤེས་བྱ་ཞིང་། །ཐམས་ཅད་འབྲི་  
བར་མི་ལངས་པས། །མོ་གཞུང་གཞན་ལ་འང་བལྟ་བར་བྱོས། །བྱེ་བྲག་གནས་  
སྒྲུ་དབྱེ་བ་ལ། །ཆང་ངབ་བཙུ་གཅིག་དབྱུང་བ་ལ། །གཅིག་གི་དིང་དིང་བཙུ་  
གཅིག་དམུ་དག་ན། །རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ལྷག་ཐུན་ལ་འབྱུངས། །གཅིག་གི་དིང་  
དིང་བཙུ་གཅིག་ཡར་དིང་ན། །མཁར་ལ་དཔའ་མདུང་རྩྭ་གསལ་པ་སོགས། །  
ལལ་ཆེར་ལན་དབྱུང་སྒྱི་དང་འདྲ། །དེ་བཞིན་ཆང་ངབ་བྱེད་ལུར་ལ། །མཐོང་  
བ་ཉེར་གཅིག་བཤད་པ་སོགས། །དོན་དུ་ལན་དབྱུང་འདྲ་བ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་

གཅིག་དང་བཅུ་གཅིག་གི། བབས་ལུགས་དབྱེད་པ་ཆེས་མང་པོ། སྤྱིར་བཏང་  
ལེན་དབྱེད་ཁོག་ལྟར་དབྱེད། ལེན་དབྱེད་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་ནི། གཅིག་དང་  
བཅུ་གཅིག་གཅི་ཆེ་བས། བྱེད་པར་དུ་ནི་བཤད་པ་ཡིན། ལྷག་པར་གནི་  
ལྷའི་སྐབས་སུ་གཅིས། ངན་པ་འདྲ་གནིས་ཀུན་ལ་ངན། ལི་ཡན་སྒོ་སྒོར་སྒོ་  
བར་གྱིད། བྱ་རལ་བྱེ་བལ་སོགས་གྱི་འགོ། བཟང་པོ་འདྲ་གནིས་འགྲིགས་  
པ་ན། ཏེ་འཛིན་དག་ལས་བཟང་ངན་དབྱེད། གཅིག་དང་བཅུ་གཅིག་བབས་  
ལན་ལས། བདུད་ཆེན་གནམ་བབས་དབྱེད་པ་ནི། གཅིག་ལ་རུ་སོད་ཁ་ལེ་  
དང་། བཅུ་གཅིག་སོལ་བྲ་རུ་སོད་ན། སྒྲ་རུ་སོག་པོའི་ཁོང་རྒྱབ་གྱིས། བྲེ་  
སྒོན་འབྲོང་གི་ལྷག་ཆོགས་སུད། སྒྲ་པོ་འབྲོང་རྟོན་འདྲ་བ་ཤི་ རུ་པོ་སྒྲ་རུ་  
འདྲ་བ་ལུས། ཉེ་བཞིན་གཅིག་དང་བཅུ་གཅིག་ལ། བྱ་ཡུན་སྐྱབས་རུ་སོད་  
ན། ཁྱ་ཏས་བྱ་རྟོན་དང་རུ་བཅག སྒྲ་པོ་བྱ་རྟོན་འདྲ་བ་ཤི་ རུ་པོ་ཁྱ་ཏ་  
འདྲ་བ་ལུས། བྱོད་སྒྲ་དང་ནི་སྒྲུམ་བབས་ན། ཁ་སྒྲུམ་གངས་སེང་ལྷག་  
ཆོགས་སུད། སྒྲ་ཤི་རུ་ལུས་ཀུན་ལ་འགྲེས་སུ་སྒྲོམ། ཀླང་སྒྲར་གཡས་བརྒྱག་  
ནག་ཐོག་སེ་སྒོད་ན། ལྷང་འོན་ནག་པོའི་ལ་གཡབ་གྱིས། ཤར་རྟོན་བརྒྱད་  
པའི་ལྷག་ཆོགས་སུད། ཉིང་དྲིང་དང་ནི་བྱ་རལ་ན། བེ་ལེས་གཡུ་འབྲུག་  
ལྷག་ཆོགས་སུད། ཁྱི་ཐོག་ལྷག་པོས་བྱ་རལ་ལུས་སྒྲུངས་ན། ཁྱི་གང་འཁོས་  
ལྷག་དམར་ལྷག་ཆོགས་སུད། སྒྲུམ་དཀར་སྒྲུབ་སྒྲེས་སྒྲི་མཆུ་ནག་ན། ལི་  
ལིས་གངས་སེང་གཡུ་རལ་བཅད། བག་ཆོ་བྲ་ཆེན་མ་སྒྲུམ་ན། ཁ་ཡིས་

སྒྲུག་གི་འཕྲུལ་དྲུག་བཀོག། འདི་རྣམས་གཏོ་ལ་བདུད་མདོས་བཏང་། གཞན་  
 ཡང་གཅིག་ལ་བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྟེ་བབ། བརྒྱ་གཅིག་ཏུ་ཅང་ངན་བ་ན། །  
 བདུད་བབས་བཟང་གི་ངན་ལུས་ཡིན། ཁོང་མའི་འགྲེས་སུ་ཀུན་ལ་སྦྱར། །  
 གཅིག་དང་བརྒྱ་གསུམ་དབྱེད་པ་ལ། སྦྱིར་ནི་གོང་བཤད་ལན་དང་འདྲ། །  
 འདྲ་བ་བརྒྱད་པའི་སྐབས་སུ་སྟོན། གཡང་ཅ་སྟོ་ཅའི་དབྱེད་པ་ལ། བཞི་ལ་  
 དིང་དིང་བརྒྱད་ན་འབན། སྟོ་ཅ་གཡང་ཅ་མ་སྟོ་མས་བས། མི་གི་རྒྱུང་མས་  
 དུ་དྲུག་སྟོང་། དེ་བཞིན་བཞི་ལ་གལ་བར་དང་། བརྒྱད་ལ་བྱ་རལ་ལ་སོགས་  
 བ། བཟང་ངན་མི་སྟོ་མས་གོང་ལྟར་ངན། བརྟེས་ན་སྟོ་ཅ་གཡང་ཅ་སྟོ་མས། །  
 བཡིས་བྱ་ཕོག་མ་ཡིས་བྱ་མོ་བརྟོང་། རྟག་མོར་སྟོང་བ་བརྟུན་གྱིས་གང་། །  
 གཉིས་ཀ་བཟང་ཞིང་སྟེ་མ་ཡིན། ལན་དབྱེད་དག་ཀྱང་བཟང་བ་ན། ཁོར་  
 དང་གྲོག་གི་ཆ་ལ་བཟང་། སྟོ་ཅ་རང་གི་དབྱེད་པ་ལ། བདུན་དང་བརྒྱད་  
 གཉིས་ལན་དབྱེད་བཟ། བཟང་ངན་ལན་དབྱེད་སྦྱི་དང་མཚུངས། དེ་བཞིན་  
 གསུམ་དྲུག་ལ་སོགས་བ། ལན་རྒྱུན་ལན་གྱི་རྣམ་པ་ལ། རབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་མཐའ་  
 དང་བྲལ། ཐམས་ཅད་བརྟོད་པར་མི་ལངས་བས། མ་བྲིས་མོ་གཞུང་གཞན་  
 ལ་སྟོས། སྦྱིར་བཏབ་བབས་ལན་བཟང་ངན་ནི། ཁོང་འོག་བཤད་པ་ཀུན་  
 བསྟར་ལ། ས་གནས་དེ་ཡི་དམིགས་བསལ་གྱི། ཁོ་ས་མོ་ས་ལྟ་ས་དང་། །  
 ཁོར་གྲོག་དགྲ་དང་ནད་པ་སོགས། སོ་སོའི་དམིགས་བསལ་གཤམ་པར་བྱ། །  
 གཡང་ཅ་སྟོ་ཅ་ཅེ་འཛིན་དབྱེད་པ་ལ། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་བྱ་ཡུན་ནས། །

བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་ཨ་ཁད་ན། གྲོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡེ་ལ་བཡིན། རྩེ་བ་རྣམས་  
 གྱི་མོ་ལ་ངན། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་བྱུང་བརྒྱད་ནས། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་  
 ལུ་ས་བྱ་ཡུན་ན། བྱ་རྒན་ཆོང་ནས་བྱུང་བཡིན། རྣོ་མ་ཆེན་རྣམས་གྱི་མོ་ལ་  
 ངན། བཞི་བརྒྱད་སང་ཁམས་དྲུངས་མ་ནས། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་མཁུ་  
 དུན་བཏགས་ན། ཤང་ཤང་གདོས་ཐག་བཅད་བཡིན། ཤལ་རིང་མགོན་  
 རོའི་མོ་ལ་ངན། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་ལྷི་བྱར་ནས། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་  
 བྱོད་ལུར་ན། ལུ་བྱུག་ཡ་བ་བྱེ་བཡིན། ལྷུན་གཉིས་བཡི་མོ་ལ་ངན། བཞི་  
 དང་བརྒྱད་ལ་སྤོ་ཆོ་དང་། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་དལུ་དག་ན། ཤིང་རྒན་  
 ཅུ་ལོག་རེད་བཡིན། རྒན་པོ་རྣམས་གྱི་མོ་ལ་ངན། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་  
 ལྷང་ཟེ་དང་། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་བག་ཆོ་བརྒྱག་ ལྷུན་ཁྲ་མོའི་མིག་གི་  
 མཆི་མ་ཡིན། རོ་གསར་རྣམས་གྱི་མོ་ལ་ངན། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་རང་ལྷན་  
 དང་། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་བྱོད་ལུར་ན། ལྷུན་ཁྲ་མོས་ལྷུག་ལྷུ་ལེན་བ་  
 ཡིན། རྒྱུང་གསུམ་སྤིང་ལྷུ་འདེབས་ཉིན་ངན། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་སྤྱིན་དེང་  
 བ། བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་ལུ་ས་ན། སྤང་མཐའ་བདུད་ལ་ཤོར་བཡིན། །  
 རྩོག་ལྷུ་གཞི་ལྷུ་གཉིས་ལ་ངན། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་བྱ་བརྒྱག་ནས། བརྩ་  
 གཅིག་བརྩ་གསུམ་དཀར་ཐོགས་ན། མཚུན་རྒན་ལུག་མགོས་བདུར་བ་  
 ཡིན། ཉད་བ་རྣམས་གྱི་མོ་ལ་ངན། བཟང་པོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་དམིགས་བསལ་  
 འདི། རྒྱུང་ཐིག་མ་ཡིན་ལོ་གཅིག་རྒྱུན་ལ་ཡིན། ལྷིང་མིག་རྩོག་གསུམ་

དབྱེད་པ་ལ། སྦྱིར་བབས་དང་ལན་གྱི་ཁྱད་པར་གྱིས། སྒྲིད་མེད་བཟང་པོ་  
གསུམ་བྱུང་ན། མོ་ཁོག་ཞན་ཀྱང་སྒྲོན་མི་འབྱུང་། ཁན་ན་གཞན་པ་བཟང་  
ཀྱང་ཞན། བརྟུང་པའི་དབྱེད་པ་འོག་ཏུ་སྒྲོན། ཡང་གཅིག་དང་བརྟུང་ལ་  
སྦྱིར་བབས་ནས། བརྟུ་གཅིག་སྟེང་དུ་སྒྲུམ་བབས་ན། རྩི་རྒྱལ་གྱི་ནས་ཡུག་  
ས་ཡུས། གཅིག་བརྟུང་སུམ་མཉམ་བརྟུ་གཅིག་སྒྲུམ། གཙོད་མ་བདུན་ལུ་  
བདུན་རྒྱུ་ཁྱེད་ཡིན། གཅིག་བརྟུང་ལྷི་ལུར་བརྟུ་གཅིག་པག་ལྷི་ན། ར་  
ཅན་ཡུ་མོ་རེད་པ་ཡིན། བ་རྒྱས་ཅ་ན་ལུ་གྱི་ཡིན། གཅིག་དང་བརྟུང་ལ་ལྷི་  
ལུར་ནས། བརྟུ་གཅིག་སྒྲུམ་ནག་སེ་སྟོང་ན། འོང་པས་སྤྱང་མཇུག་ཤོར་བ་  
ཡིན། རྩང་གི་ལུ་གྱི་ནལ་འདྲེ་ལྷིག་ གཅིག་བརྟུང་གལ་བར་བརྟུ་གཅིག་བྱ་  
རལ་ན། རི་བཙུང་ཉིལ་གཙོ་བོར་ངན། གཅིག་བརྟུང་དམུ་དག་བརྟུ་གཅིག་  
བྱོད་ལུར་ན། གནམ་གྱི་འཇུ་ཐག་ས་ཡི་རྟེན་ལུར་ཞིག་ གཅིག་དང་བརྟུང་  
ལ་སྒྲོ་བར་དང་། བརྟུ་གཅིག་སྒྲུམ་དང་སོ་སྟོང་ན། རི་རྒྱལ་སྒྲོག་གིང་ཆག་  
པ་ཡིན། གཅིག་དང་བརྟུང་ལ་བྱོད་ལུར་དང་། བརྟུ་གཅིག་སྒྲུམ་དང་སེ་  
སྟོང་ན། རྩང་སྤྱང་སྒྲུ་ལ་མདུན་ཡིག་ལོག་ གཅིག་བརྟུང་སྒྲིན་དིང་བརྟུ་  
གཅིག་སོ་ཡིན་ན། མི་གི་མགོ་ནས་གྱི་བ་ཡིན། གཅིག་བརྟུང་སྒྲོ་ཆོ་བརྟུ་  
གཅིག་སྒྲོ་བར་ན། རི་བྱུང་ཅན་མདོ་བའི་ལུང་སྒྲི་ཡིན། གཅིག་བརྟུང་བྱ་རལ་  
བརྟུ་གཅིག་སྒྲུམ། འདྲེ་ལུང་ལུ་རྒྱ་གྱིར་གྱི་བ་ཡིན། གཅིག་དང་བརྟུང་ལ་  
སྦྱིར་བབས་ནས། བརྟུ་གཅིག་ཀ་བྲག་རུ་སྟོང་ན། སྒྲོན་སྒྲས་ངམ་གྱིས་བསང་

ངོ་ཡིན། གཅིག་བརྒྱད་བྱ་ཡུན་བཅུ་གཅིག་སེལྟོད་ན། མིག་སྒྲོར་མཆི་མ་མི་  
སྒྲུལ་ཡིན། ཉེ་སྔགས་དེ་ལས་མཚོན་ཤེས་བྱ། ཡང་དེ་ལས་ལོག་སྟེ་བཟང་  
བབས་ན། བཤད་པ་གོ་བསྒྲོག་བཟང་བར་དབྱད། བབས་ལན་སྒྲི་དང་  
བསྟན་ནས་སྟ། བཞུག་གསུམ་དང་སྟོང་མིག་སྒྲོག་ཡན་ཚུན་མཚོན་ཏེ་ཤེས་  
བར་བྱ། ཉེ་བཞིན་ལྟ་ས་གསུམ་སྔགས་འགྲ། སྟོད་སྒྲོད་བར་གསུམ་དབྱད་  
པ་ལ། རྒྱུད་རྒྱུད་སྔགས་ཀྱི་གནས་སོ་སོར། བཟང་ངན་སྒྲི་ལྟར་དབྱད་པ་  
དང་། དག་གཉིན་ལན་ཆགས་དབྱད་པ་ལ། གཅིག་ལ་དྲངས་མ་བརྒྱག་  
མེད་ནས། གཉིས་ལ་ཁ་དྲག་བརྒྱག་བཟང་ཤོར། གསུམ་ཁ་ལེན་བརྒྱག་  
གིས་མ་ཟེན་ན། ཤར་ཕྱོགས་དག་ཡི་ལན་ཆགས་དང་། གཡོག་འཁོར་  
འབངས་ཀྱི་ལན་ཆགས་འདོད། བཞི་ལྟ་དྲག་ལ་དེ་བཞིན་ཏུ། ལྟ་ཡི་ཕྱོགས་  
ཀྱི་དག་དང་ནི། རུ་སྒྲིང་མག་པའི་ལན་ཆགས་ཡིན། བརྒྱད་དག་བཅུ་ཡིས་  
རུབ་ཕྱོགས་དང་། ལེ་གུ་ཁང་པོའི་ལན་ཆགས་དབྱད། བཅུ་གཅིག་བཅུ་  
གཉིས་བཅུ་གསུམ་ལ། བྱང་དག་གཤིན་དུར་གྱི་ལན་ཆགས་ཡིན། སྒྲིར་  
རང་སར་དྲངས་མ་བརྒྱག་མེད་དང་། སྒྲི་སར་བརྒྱག་བཟང་ཁ་དྲག་ཤོར། །  
ཁ་ལེན་བརྒྱག་གིས་མ་ཟེན་ན། མེད་ཁམས་སྟོང་བའི་སྒྲ་གནས་དང་། །  
གཡང་ཁ་སྒྲིར་ཤོར་ལན་ཆགས་འདོད། རང་ས་སྒྲི་སའི་དབྱད་པ་ལ། སྒྲི་  
སར་བྲམ་ནག་སེལྟོད་དང་། སྒྲི་སྒྲི་སྒྲི་དག་བབས་པ་ན། དག་ཡི་ཡུལ་  
མཁར་ཞིག་པ་ཡིན། རང་སར་གལ་བར་ཐོད་དཀར་ན། དག་ཡི་ཡུལ་མཁར་



ཐུན་གྱིས་བཤིག་། རང་སར་ག་རིང་མཁར་བརྒྱག་ན། །དག་ཡི་ཡུལ་མཁར་  
 ཐུན་གྱིས་འབེབས། །དེ་སྤྱང་ལོག་བྱས་ན་རང་ཕྱོགས་འཛེར། །དེ་བཞིན་དག་  
 ཡི་མཚོན་ཆད་སོགས། །རང་སའི་ཁ་དྲག་སྤྲོད་གས་དང་། །བྱི་སར་དེ་མཐུན་  
 མདུད་དན་བབས། །སྤྱོད་ཆོགས་ཁ་དམར་གེས་པར་བྱ། །བྱི་ས་གཡུལ་བཞིའི་  
 དབྱུང་པ་ལ། །ཐམས་ཅད་དར་ན་གིན་ཏུ་དན། །མི་རུང་འདྲ་བཞི་བབས་པ་  
 སོགས། །རོ་འཛིན་སོགས་ཡིན་ཅུང་ཟད་རྩུབ། །དག་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ནས་རིམ་  
 པས་ཆེ། །བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་བབས་དབྱུང་ལ། །བརྩ་ཡི་སྤྱིང་དུ་ཡར་དིང་  
 ལ། །བརྩ་གཅིག་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་ལ། །གནར་ཀས་པ་ཐུན་དུ་རེད་པ་ཡིན། །  
 མཛོ་ཀན་རྟ་ཀན་གཡག་ཀན་ལ། །སྤྱོང་ཡས་བཀར་ལ་རྒྱབ་ཏུ་བོར། །མི་  
 ཀན་དག་ལ་སྤྱོན་མོ་བྱ། །དེ་བཞིན་བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་ལ། །བག་བྱ་བྱར་  
 དང་ནི་ལི་ཡན་ལ། །ལྷ་བ་ཀས་པ་ཆོར་ལང་རེད། །མདའ་དར་རིན་ཆེན་སྒྲ་  
 རྩ་བྱགས་མགོན་བརྒྱན། །ཤིང་ནག་མདའ་ལ་སྤྱོང་ཡས་བརྒྱགས་ལ་བོར། །  
 བག་བྱ་བག་ལྷིང་ཉི་ཀས་གིབ་སོ་ཁྱག། །གསས་མཁར་བསྤོད་ལ་བཀྲ་གིས་  
 བརྒྱན། །མུ་ས་མུ་ས་ནག་བོན། །སྒར་མ་ཀས་པས་ཉུང་གཞི་རེད། །གསེར་  
 འོད་འདོན་ཞིང་ཁམ་བསྐྱོག་བྱ། །བག་ཆོ་བརྒྱག་ཅན་སྒྲ་སྒྲུམ་ན། །སྤྱོ་སྤྱིན་  
 ཀས་པ་སྤྱོ་བྱར་རེད། །བྱ་མ་བྱིལ་གྱི་དོགས་སེལ་བྱེད། །ཁྱུ་གཉོར་བཏང་ལ་  
 གཡང་སྐྱབས་བྱ། །དོག་ཆང་དང་ཕ་རིམ་གོ་ནག་ན། །གཞའ་ཆོན་ཀས་པ་  
 སྤྱིག་རྒྱུ་རེད། །སྤྱོང་སྤྱོག་ཟམ་བརྩུགས་གྲ་ཡས་བོར། །ཁ་ལང་སྒྲ་ཆོ་བོན། །

གཡུ་འབྲུག་ཀྲས་པ་འཚུབ་མ་རེད། །ཡར་སེལ་དག་ཆོས་བྱ་བ་དང་། །སྐྱམ་  
 གྱེ་རྟེན་པར་གཏུབ་ལ་བོར། །ན་འབན་ཁལ་ཁྲོལ་སྐྱམ་ཡི་ཡན། །ཐོག་དམར་  
 ཀྲས་པ་ཐལ་བ་རེད། །ཡུལ་འདོན་དུར་སྟོག་ནམ་སྟོག་བཅད། །ཞི་བ་མང་དུ་  
 བྱས་ན་ཡན། །ཀ་ཅ་ལ་རམ་བྱ་རལ་ན། །ཁྲོག་ཀྲས་པ་དེ་སྟོག་རྒྱ་རེད། །ཆ་  
 ཆ་རྒྱལ་འཛོམས་གསུང་རབ་འདོན། །རང་སྟན་དུངས་མ་སྟོག་བརྒྱག་ན། །མེ་  
 ཤེལ་ཀྲས་པ་ལྟར་ཆོར་རེད། །ཆ་ཆ་གདབ་ལ་ཞི་བ་བྱ། །རྒྱུ་རྒྱུ་གཡས་སུ་  
 སུང་བྱལ་ན། །སེང་གི་ཀྲས་པ་ཁྲི་རྒན་རེད། །གྲུ་ལྷ་འདོན་ལ་བརྟོག་ཆོར་  
 འཕང་། །རུ་སྟོང་ཁ་ལེ་དམུ་བྲག་བྱ་རལ་ན། །འབྲང་བུ་ཀྲས་པ་སྐྱུ་རུ་རེད། །  
 ལྷ་བསང་བྱས་ལ་གསས་མཁར་བཅུ་གས། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་སུང་བར་ན། །རྒྱ་  
 སྟག་ཀྲས་པ་སྟེ་མོར་རེད། །ཡས་བོར་ཆ་ཆ་ཞི་བ་བྱ། །རང་རང་གི་སྤྱབ་ཐང་  
 ཡས་གཞུགས་སོགས། །སྟོང་ཡས་དང་བཅས་རེ་སྟེར་བཅུག། ཐང་གིང་གཅིག་  
 ལ་བཏགས་བྱས་ལ། །བཟང་གུངས་ལོ་གུངས་བྱིས་ལ་བོར། །མདུང་དར་  
 དང་བཅས་གསས་མཁར་བསྟོད། །གསེར་འོད་མང་དུ་བཏོན་ན་བཟང་། །དེ་  
 མོ་ཡི་ཀྲས་པ་བཅུ་གསུམ་ཡིན། །ཡང་བཅུ་གཉིས་བཅུ་གསུམ་དབྱེད་བ་ཡིན། །  
 དན་བ་དགུ་སྤུབ་བཅོ་བརྒྱད་ནི། །དག་བྱའི་སྐབས་སུ་འཆད་བར་འགྱུར། །  
 ཡང་བརྒྱད་ལ་སེ་སྟོད་ནག་རིགས་དང་། །བཅུ་གཅིག་སོ་ཡོན་ནག་རིགས་  
 བབས། །དེ་ཡི་ཅེ་མོ་ལད་གྱུར་ན། །བཟང་ཁ་ཁྱོད་གཅིག་ལ་ཞིག་རལ་འོང་། །  
 དཔོན་གྱི་དབང་ལ་བྱི་ལྷས་བྱས། །བཟང་བསྟོད་ར་ཅན་ལ་ཐུག་དོག་ཡོད། །

བདུན་ལ་མུང་མ་ནེའུ་རྒྱུད་ནས། །བརྒྱད་ལ་སེ་སྟོད་སྒྲུལ་འཕུས་ན། །མོ་ཙཱུན་  
ནགས་ཀྱི་དྲིལ་རུམ་དུ། །སྒྲེལ་དར་མ་གཅིག་གིས་སྒྲུག་འདུག་བྱེད། །མོ་  
གསར་མ་གཅིག་འདུག་བྱེད་དོགས་ཡོད། །དུག་ལ་བྱིམ་མུང་རེ་ལོག་དང་། །  
བདུན་ལ་རྩུ་དོ་ལི་ཡན་ན། །བྱང་མ་ལྡང་གི་གོང་བུ་དེར། །རྒྱུང་ཕོ་རེད་གཅིག་  
འདུག་བྱེད་དོགས་ཡོད། །མོ་གཡུ་འཕུ་ཙན་ལ་འཛེར་དོགས་ཡོད། །ཕོ་གསར་  
ཁེར་འདུག་བྱེད་དོགས་ཡོད། །གཅིག་ལ་དྲངས་མ་བྱ་བུར་དང་། །གཉིས་ལ་  
རྩ་སྤར་སྒྲུབ་གསུམ་དང་། །དུག་ལ་ཐང་ལེ་སྒྲུ་བོ་ན། །བུ་རྒྱུང་ཆར་ནས་ལན་  
ཆགས་འཁོར། །མ་ཡི་རྩ་ཞོ་རས་དོགས་ཡོད། །བདུན་ལ་ཅེ་ར་མགོ་བརྒྱུ་  
དང་། །བརྒྱད་ལ་ལི་ཡན་སྒྲུ་བོ་ན། །པ་སྒྲུབ་གཉེན་གཤམ་ཐོན་དོགས་སྤང་། །  
པ་སྒྲུབ་གཅིག་གི་ཆེ་ཆད་ཡིན། །གཅིག་ལ་ན་འབན་འཐོར་གསུམ་དང་། །  
བརྒྱུ་གསུམ་ནག་ཐོག་སེ་སྟོད་ན། །ཁང་ཕོས་ཆ་བོ་སྒྲེལ་མ་བྱས། །ཆ་ཁང་  
གཉིས་བོ་ཆེ་ཆད་ཚོགས། །ཕོ་ས་གསུམ་དུ་མུང་བར་དང་། །བྱིམ་ས་གསུམ་  
དུ་ལི་ཡན་དང་། །གོགས་ས་གསུམ་དུ་བྱ་ར་ལན། །ལུག་བོ་འཛོར་ལ་གོར་བ་  
འབྱུང་། །ལུང་བ་གསུམ་གྱི་འདུས་མདོ་རྩ། །ཆོག་ཅིག་བསགས་པ་ཉིན་གཅིག་  
འཆོར། །གཉིས་ལ་རྒྱུང་ཟེ་སྒྲུམ་བརྒྱག་དང་། །ལུ་ལ་སྒྲོག་དམར་ལྗི་བུར་ན། །  
བན་གྱིས་རྩེ་བོ་བསད་དོ་ཡིན། །བདུན་དང་བརྒྱད་ལ་ཆོལ་ཆོལ་དང་། །བརྒྱ་  
གཅིག་རྩུ་དོ་ལི་ཡན་ན། །ཙཱུན་ནགས་ཀྱི་དྲིལ་རུམ་དུ། །དོམ་བྱེད་གཉིས་  
ལ་སྒོ་སྟོར་བྱུང་། །མི་ཆེན་སྒོ་སྟོར་འོང་དོགས་ཡོད། །ལུ་དུག་བདུན་ལ་དམུ་

དག་དང་། བརྒྱད་ལ་བག་ཕྱི་སྒྲུབ་པོ་ན། ཐང་ཆེན་ལ་ཕྱི་གྲུམ་པོ་བསྒྲ་ཟད། །  
 སྒྲུབ་གསུམ་པོ་ཡི་ཆོ་ཆོད་རྫོགས། གཅིག་ལ་ལ་ཆོ་གནམ་རེད་དང་། བརྒྱ  
 གཅིག་སྒྲུམ་ནག་ཐུར་ཟུག་ན། དམག་དཔོན་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། གཅིག་  
 གི་དིང་དིང་བརྒྱད་བྱ་ཡུན། བརྒྱ་གཅིག་ཆོ་ལ་ཆོ་འདན་དཀར་ན། མི་ཡི་ནང་  
 གི་སྒྲུར་ངོ་ལ། བྱིང་དཀར་ཞབས་ཀྱི་རོ་དྲུང་ངན། གཅིག་གི་དིང་དིང་སྒྲོན་  
 པོ་ལ། བརྒྱ་གཅིག་རུ་སོད་ཁ་ལེན། བྱ་སྟོད་པོ་རོ་ལ་ལངས་པ་འདྲ། མི་  
 འོགས་ས་ཡི་གྲིང་ཡིན། གཅིག་གི་དིང་དིང་སྒྲོན་པོ་ལ། བརྒྱ་གཅིག་དངས་  
 མ་གཡུ་སྒྲོན་ན། མེ་དོང་ནང་གི་སྒྲུར་ངོ་སྟེ། མི་འོགས་ས་ཡི་དགྲ་ངོ་ཡིན། །  
 གནས་དབྱུང་སྒྲ་ཆོགས་བཀོད་པ་ལ། གཉིས་དང་བརྒྱ་གཉིས་དབྱུང་པ་ཡི།  
 མེ་འོག་ཆོ་ཟད་བཅི་བ་ལ། གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བྱོད་ཐུར་དང་། བརྒྱ་གཉིས་  
 སྟེང་དུ་བྱོད་ཐུར་ན། དཔུལ་བའི་མེ་འོག་སྟོང་ཆོ་ཟད། དེ་བཞིན་གཉིས་དང་  
 བརྒྱ་གཉིས་ལ། དཔུ་དག་ཡི་དྲགས་དག་དང་ནི། བྱ་ཐུར་བྱོལ་སོང་མུང་ཟེ་  
 མི། བྱ་ཡུན་རྩ་མིན་སང་ཁམས་རྩ་འི། མེ་འོག་སྟོང་ཆོ་ཟད་པ་ཡིན། བརྒྱ་  
 གསུམ་བརྒྱག་བཟང་བབས་གྱུར་ན། གཏུང་རྒྱུད་དར་བ་ཆད་འདོད་ཡིན། །  
 དཔུལ་བའི་མེ་འོག་སྟོང་ཆོ་ཟད། ཁབས་ན་བན་ལ་ངན་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་  
 ཡི་དྲགས་རྒྱུད་རྒྱུད་དང་། བྱོལ་སོང་ནོར་དང་མི་འབྲིང་རྒྱུད། རྩ་མིན་ཆོ་  
 རྒྱུད་རྩ་ཡུལ་དཔོན། སྦྱིར་བཏང་བན་པོན་ཆོན་པོ་དང་། སྦྱིད་དགའ་ཅན་  
 དང་ནད་པར་ངན། བོར་སྟོར་མོ་ལ་བཟང་བ་ཡིན། སྦྱིད་ལྷ་ལ་ནི་སྦྱེ་

བཟང་། མིའུ་དང་ནི་མ་རབ་ངན། མེ་དོག་ཅེས་བྱ་མི་འགྱུར་དོན། བྱི་སའི་  
གནས་མལ་གཞན་ལ་འང་ཚུལ་འདྲར་སྦྱར། ཡང་མ་བརྒྱག་སྡེ་ལྟ་སྦྱར་དེད་  
ལས། བརྒྱག་ཅིག་གི་རང་རྩོད་གིག་མ་བརྒྱག་ན། ལན་ཡར་ལམ་ཆོལ་མར་  
ལ་ཆོལ། འདི་ཡི་ལན་དུ་ཡར་ལྷིང་ན། གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོའི་ཟེ་བ་ལ། བྱི་  
རྩེ་སྦྱང་གིས་འདྲར་རྒྱག་བྱེད། རྒྱང་སྦྱར་མེད་གཏི་གཡུ་རལ་ལ། གལ་བར་  
སྦྱར་མོ་རང་བཟུང་རྟེན་ཐག་ལ། ཆོལ་ཆེ་བྲབ་གྱི་རྒྱན་ཐག་ལ། བཟོ་དག་  
སྒྲའི་མདུང་ཅེ་ལ། བྱ་སྦྱར་མོག་མོ་རྒྱལ་ཆང་ལ། བྱི་རྩེ་སྦྱང་གིས་འདྲར་  
རྒྱག་བྱེད། དེ་བཞིན་མ་སྦྱུང་མ་བརྒྱག་དེ། བརྒྱག་ཅིག་སྦྱང་དུ་བབས་བ་  
ན། ལན་ཡར་ལམ་ཆོལ་མར་ལ་ཆོལ། འདི་ཡི་ལན་དུ་དིང་དིང་ན། དེ་  
ལོག་མའི་ལག་གཡལ་གྱིས། གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོ་ཐང་ལ་བསྒྱུར། ཡུལ་གྱི་  
གྲགས་བ་ཅན་ལ་ངན། རྒྱང་སྦྱར་ལ་རི་ཐོང་ལག་གཡལ་གྱིས། མེད་གཏི་  
དཀར་མོ་ཐང་ལ་བསྒྱུར། ཡུལ་གྱི་གཡེར་གྲགས་ཅན་ལ་ངན། སྤང་དཀར་  
སྡེག་བ་བཟུང་འགོས་བྱེད། བྱ་རྩེ་ཤང་ཤང་གཏོས་ལ་བཏགས། དགེ་བཤེས་  
གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། སྦྱོར་སྦྱང་མོ་བྱའི་ཆང་སྒྲོད་དེ། ཉ་མོ་ལྟ་དཀར་ཕྱིན་  
བ་ཡིན། སྦྱུང་མ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། བག་ཆོ་བརྒྱུད་སྦྱར་མའི་གྲུ་གྲུ་ཡི་  
ནས། དབའ་ཐོ་སྦྱག་གི་འཛུམ་དུག་བཀོག། དབའ་ཐོ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །  
ལྟ་སྦྱང་དག་སྒྲའི་ལྷགས་ཁྱད། དེ་འབྲུམས་སྒྲོན་མོས་ཁྱེར་བ་ཡིན། སྦྱོས་  
སྦྱང་རམ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། བྱོད་སྦྱར་དུང་གི་ལྟོ་གཏེ། སྦྱོར་ནམ་མཁའི་

དབྱིངས་ལ་འཕུར། བྱིད་ལྷགས་ཁྲོད་པས་བྱིར། བྱ་ཚ་གཅིག་གི་མོ་ལ་  
རན། ཚོལ་ཚེ་དྲུང་གི་ལུ་གྲ་དེ། ལྷ་དྲོ་གཡང་མོ་ལུག་ཁྱུར་ལྷགས། བྱིད་  
ཁྱུང་ཐང་སྟོན་མོས་བྱིར། རྒྱང་པོ་གཅིག་གི་མོ་ལ་རན། ལ་ཚོ་སྤང་ལ་མེདྲོག་  
ཡལ། བག་མ་གཅིག་གི་མོ་ལ་རན། གཏོ་ལ་མིང་བརྗེ་ལུས་བསྐྱར་དང་། མོ་  
ཐར་བཏང་ཞིང་སེལ་འབྱེད་བྱ། གསུམ་བསྐྱེད་ཁོག་དབྱེད་པ་ལ། སྤྱི་དང་  
བྱེ་བྲག་ཐོར་བྲག་སུམ། གྲང་པོ་རང་ས་བཟང་ཞིང་བྱིས་འཇམ། འབྱུང་བའི་  
གསོ་བསྐྱེད་བབས་ལན་ལེགས། རང་ས་བྱིས་དེ་དག་རྒྱ། བབས་དང་ལན་  
བྱི་སྟོན་མེད་པ། བཟང་པོ་ཤོག་ཡག་བྱ་བ་ཡིན། འབྱུང་བའི་དབྲག་གཤེད་  
འབྲུགས་ཁྱུར་ཅིང་། རང་སར་སྟོན་མེད་མ་བབས་པ། རན་པ་སྟེ་ལད་བྱ་བ་  
ཡིན། མོ་སྤྱད་བཟང་ཞིང་སྟོད་རན་པ། ཀྱུ་རུ་མགོ་ནག་བྱ་བ་ཡིན། འཕེལ་  
འགྲིབ་ཆེ་ཞིང་ཚོང་འོང་ངོ་། ཁོར་ལ་གང་སྟོང་འོང་བ་ཡིན། ཡང་ན་སྤྲུགས་  
སྤང་ན་པའི་མོ། མོ་སྤྱད་རན་ཀྱང་མོ་སྟོད་བཟང་། བག་གྲུ་མགོ་དཀར་བྱ་  
བ་ཡིན། རྒྱང་གསུམ་ས་ལ་རན་པ་སྟེ། ཁོར་ད་ལྷ་དབུལ་ཀྱང་སྤྲུགས་སྤ་  
འོང་། བྱིས་ར་བཟང་པོ་འམ་བརྒྱག་ཅན་བབས། རང་ས་རན་པར་གྱུར་པ་  
ནི། བྱི་དཀར་ནང་ནག་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཁོར་ལ་དབྲག་ཡོད་པོ་ལྷ་བཅོས། བང་  
དཀར་བྱི་ནག་དེ་ལས་ལྷོག་ བཟང་ཞིང་དབྲག་འདྲེ་སྟོར་སོང་ཡིན། སྤྱིར་བཟང་  
ཀྱང་འཛོར་བག་རེ་ཅུ་བྱུང་། གྲུ་ཁེས་བྱ་གཏོ་ཡིས་ཚོས། སྤྱིར་རན་  
རྗེ་ལུ་རེ་བྱུང་། བག་ཁྲ་སྤལ་བཟང་སྤྲུགས་སྤང་ན། གཏོ་ཆེན་པོ་སྤྲ་ཚོགས་

འབད་པར་བྱ། མོ་ཁོག་ཐམས་ཅད་བཟང་པ་ལ། བརྒྱད་ལ་ལི་ཡན་བབས་  
 བྱུར་ན། ཤེས་བཞི་རྫོགས་ནས་ཐུགས་རྟུག་ཡིན། གྲུན་བཟང་བརྟུག་ཅིག་  
 སྒྲིན་དིང་ན། ཁམས་གསུམ་གསལ་ནས་སྒྲུན་ལོང་ཡིན། གྲུན་བཟང་བདུན་  
 གྱི་སྒྲིན་དིང་ན། འག་པོ་སྒྲིང་མེད་བྱ་བ་ཡིན། གྲུན་བཟང་བརྒྱད་གྱི་སེ་སྒྲིང་  
 བྱ། དམར་མོ་ཁོག་སྒྲིང་བྱ་བ་ཡིན། གྲུན་བཟང་བརྟུག་ཅིག་སྒྲིན་དིང་ན། གཤོག་  
 རྒྱས་དོང་བྱ་ལྟར་བ་ཡིན། གྲུན་བཟང་བརྟུག་ལྟར་སྤང་བ་བཅོས་མེད་  
 ཡིན། གཞན་བཟང་བརྒྱད་ལ་བག་ཁྲིན། གསལ་པ་འཕྱོར་མེད་བྱ་བ་ཡིན། གྲུན་  
 བཟང་བྱུག་ལ་བྲག་ངན་རིགས། བྲག་པ་གསོ་མེད་བྱ་བ་ཡིན། གཞན་  
 བཟང་བདུན་ལ་སྒྱུ་མ་ཆད་སོགས། ཆད་པ་མཐུད་མེད་བྱ་བ་ཡིན། གཞན་  
 བཟང་ཆད་ངབ་བྲག་ངན་ན། འབྲེལ་བ་བསྐྱང་མེད་བྱ་བ་ཡིན། འདི་དག་  
 ཁེར་འདུག་བྱུང་ན་ཡིན། གཞན་ཡང་གནས་མལ་གཞན་ལ་ཡང་། མཐུད་  
 ངན་རེ་རེ་ཁེར་བབས་ན། དེ་དེའི་ཚུལ་གྱིས་ཁ་དམར་གདགས། ལམ་ཁེར་  
 འདུག་རྟགས་ཅན་བྱུང་ན་ངེས། འཕར་ན་དེ་ཅམ་མི་བཅོན་ནོ། བཟང་པོ་  
 རང་སར་འཁོར་ན་བཟང་། ངན་པ་བྱིས་ར་འཕར་ན་བཟང་། བཞིག་རྣམ་  
 གསུམ་གཞི་འཛིན་བཞི། བབས་གྱི་མི་གཙོ་ལན་གྱིས་གཙོ། སྒྲིང་མིག་སྒོག་  
 གསུམ་རྩེ་འཛིན་བཞི། ལན་གྱིས་མི་གཙོ་བབས་གྱིས་གཙོ། བྱིས་ཡུལ་  
 བཞི་གང་ཡིན་པ། བབས་དང་ལན་དབྱུང་གཉིས་ཀ་གཙོ། རྩེ་འཛིན་ཆེན་  
 མོ་བབས་ཁོན། དེ་བྱིར་དེ་ལ་དབྱུང་བ་ན། སྤྱད་དུ་བྱངས་སྒྲིགས་འབྲས་

འདྲེས་ནས། །བརྩ་གསུམ་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་ན། །སྒྲིག་ལ་རིག་རིག་ཆོ་མཐའ་  
ཟིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །མུག་དུག་པ་སར་འདོན་ན་  
ངན། །དེ་བཞིན་སྒྲུད་དུ་དྲངས་མ་དང་། །སྒྲིགས་མ་འདྲེས་པ་གཞིར་བཞག་  
ནས། །བརྩ་གསུམ་ཁོ་ནའི་བབས་ལུགས་ལ། །ལི་ཡན་སུམ་པ་མགོ་འཁོར་  
རང་ཡུལ་བཟུང་། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །རྩ་ཐབས་བཅའ་  
བའི་མོ་ལ་ངན། །དགོ་མ་ནམས་གྱི་མོ་ལ་ངན། །མགོ་སྒྲིག་ཟིན་ཟིན་པ་བཅད་  
དང་འདྲ། །བྱ་རལ་གཡུང་པོ་ཁྱི་སྒྲིག་ཀ་བར་བདགས། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་  
ཀུན་ལ་བཟང་། །ཡུང་བར་བྱ་རལ་རིགས་བབས་ན། །སྒྲིན་ནག་ཡེ་ནས་ནག་  
པ་ལ། །གནམ་ལྷགས་ཁྲ་མའི་གོས་གཅིག་གྱོན། །གནམ་སྒྲུད་གོས་གྱོན་ས་  
སྒྲུད་གདན་དུ་བཏིང་། །མཐོན་པོ་དགུང་གི་དབྱིངས་ན་ཕྱིན། །བལ་མོ་སྒྲིན་  
གྱི་རྒྱ་ཐག་བཀྲལ། །སྒྲོག་ལྷམ་དམར་མའི་ཟུར་ཟུད་བཅད། །གཡུ་འབྲུག་  
སྒྲོན་མའི་ཟེ་བ་བཀོག། །རྒྱས་ལ་དེ་བས་ཆེ་བ་དང་། །གནངས་ལ་དེ་བས་བཟང་  
བ་མེད། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །དབུལ་སྒྲུག་མྱང་གསུམ་  
ཀུན་ལ་ངན། །བྱ་རལ་ངན་རིགས་ཀུན་དེ་འདྲ། །བརྩ་གསུམ་སེ་སྟོང་ངན་  
རིགས་ན། །བཟུག་པ་རྒྱངས་པ་རྩལ་དང་གསུམ། །དུས་གཅིག་ལ་ཁར་ཐོན་  
པ་ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །མཛོ་པོ་དམེ་པོ་གཉིས་ལ་  
ངན། །བརྩ་གསུམ་སྒྲུང་བར་ཨ་ཁད་ན། །མི་ཁ་རི་གསུམ་རྩེ་ལ་འགྲིམ། །མ་  
ཟེ་བཅན་གྱི་རང་ཡུལ་བཟུང་། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །རྒྱང་



གསུམ་ཐར་བྱེད་མོ་ལ་ངན། །བརྩ་གསུམ་སྟེང་དེར་སྒྱིན་དིང་ན། །དཔའ་བོའི་  
 བྱེད་དོ་ལ་ཁར་ཐོན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ཁྲུ་མཚོད་བྱེད་  
 པའི་ཉིན་པར་ངན། །སྟོ་བར་ས་བདག་སྒྲུལ་མགོ་དེས། །རི་རབ་བང་རིམ་  
 བདར་ན་དགར། །ཁྱོད་ཀྱི་མི་རྒན་འབེས་ལོག་ཅན། །ལུ་ལ་ལུད་ནས་བྱི་བལྟས་  
 བྱེད། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །བན་དང་མ་རབ་གཉིས་ལ་  
 ངན། །སོ་ཡོན་ས་སྒྲིན་སྟེང་བྲག་དེ། །མདོ་ཁམས་བོད་ཀྱིས་ལོན་པ་ཡོད། །  
 དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །རྒན་མོའི་དུར་ས་འདེབས་ཉིན་ངན། །  
 སྤུལ་མི་ཐོག་ཐོག་མཁར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །ཐོ་བ་སྟོག་ལྟར་འབྱུག་པ་ཡིན། །  
 ལྷག་གསེར་རྩི་མི་འཆད་རྩི་ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །  
 མགར་བརྒྱམས་གྱི་མོ་ལ་ངན། །བརྩ་གསུམ་རྩ་སྣར་ལྷི་བུར་ན། །ཀ་ད་ཀ་རི་  
 གསུམ་རྩེ་ལ་འགྲིམ། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ཆོས་བྱེད་  
 དབུས་འགྲོའི་མོ་ལ་ངན། །བརྩ་གསུམ་སྔ་ཐའི་རིགས་བབས་ན། །ཁྱི་བདའ་  
 ལིས་རི་བྲོས་རྒྱབ་པ་ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ཆོང་པ་  
 རྒྱམས་གྱི་མོ་ལ་ངན། །བརྩ་གསུམ་སོལ་བྲ་རུ་སོང་ན། །བྱ་གཟན་རི་གསུམ་  
 རྩེ་ལ་འགྲིམ། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །བན་བོན་བྱེད་པའི་  
 མོ་ལ་ངན། །བརྩ་གསུམ་ན་འབན་བབས་པ་ན། །གཉན་རྒན་དེ་བཞྲོས་ལེགས་  
 པས། །བེར་ཀ་འབྲུག་གི་མགོ་ལ་བརྒྱབ། །གཉན་དམག་ལུབ་ཀྱིས་འདུས་པ་  
 ཡིན། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །དམག་འབྲེན་བྱེད་པའི་མོ་ལ་

ངན། ཁེར་བ་བཞིན་དུ་འཐོར་བ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་བྱ་མེད་མེ་སྟོང་ན། །  
བྱང་བཅོན་དམར་པོས་རྒྱལ་པོ་བྱེད། །ཐེའུ་རང་སྤྱིང་ནོར་བོད་ཀྱིས་ལོན། །  
དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །བན་བཅུན་བཀའ་ལོག་མོ་ལ་ངན། །  
བཅུ་གསུམ་ཉོད་རིགས་བབས་པ་ན། །རྒྱ་ཐན་མིག་དམར་དགུང་ནས་ཡར། །  
དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ཆར་བ་བཀག་པའི་མོ་ལ་ངན། །བཅུ་  
གསུམ་ཉོད་གི་ངན་རིགས་ན། །གཤིན་རྗེ་ནག་པོས་ཡུལ་མཁར་བཟུང་། །  
དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །བག་མ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། །བཅུ་  
གསུམ་སྐྱམ་བྲག་ལྗེ་བུར་ན། །ཐེའུ་རང་ཅིག་པ་དགུང་དུ་ཕྱིན། །དག་གཞི་  
དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །མོ་བཅུན་སྤྱིད་ལྷ་འདེབས་ཉིན་ངན། །བཅུ་  
གསུམ་མ་སྐྱམ་རིགས་བབས་ན། །ལུང་བྱེད་གན་མོས་རི་གསུམ་བསྐྱལ། །  
དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །གན་མོ་ནད་པའི་མོ་ལ་ངན། །བཅུ་  
གསུམ་སྐྱམ་ཆད་རིགས་བབས་ན། །ཡུག་ས་མོ་ཡི་མི་གསུམ་འཆོངས། །དག་  
གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ཆང་གི་ཉོ་ཆོང་བྱེད་ཉིན་ངན། །བཅུ་གསུམ་  
སྐྱམ་སྟོན་རིགས་བབས་ན། །དབྱར་ལྷ་གསུམ་གྱི་མོ་ལ་ནི། །གཡུ་འབུག་རྒྱན་  
ཐག་མི་འཆད་ཡིན། །དབྱིད་ལྷ་གསུམ་གྱི་མོ་ལ་ནི། །ཤིང་ལུག་ཆོས་དར་ལོ་  
མི་འབྱིད་དོ། །དགུན་ལྷ་གསུམ་གྱི་མོ་ལ་ནི། །རྡོ་གོར་མོའི་འབྲིས་ཐག་མི་  
འཆད་དོ། །སྟོན་ལྷ་གསུམ་གྱི་མོ་ལ་ནི། །ཆང་སྐྱེམ་འཕང་རྒྱན་ཐག་མི་འཆད་  
དོ། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ཡུག་ས་མོ་ཡི་མོ་ལ་ངན། །གཏོ་

ལ་ཚུག་ཏོར་བཏང་བར་བྱ། །སྤྲེད་དུ་དྲུངས་སྒྲིགས་འདྲེས་འདྲེས་ནས། །བཙུག་གསུམ་སྟེང་དུ་བག་ཁྲི་ན། །གཙང་ཕག་མི་བརྒྱད་བྱ་བ་དེས། །ཐེའུ་པར་སྒྲོག་པ་སྒྲུ་ལ་གསོལ། །དག་གཞི་དུར་གསུམ་ཀུན་ལ་བཟང་། །ལྷ་མ་མ་བན་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། །འདི་བྲམ་ཟེ་གོང་རུམ་ལས་བཤད་དེ། །ངན་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་དབྱེད། །སྤྲེ་མའི་མན་ངག་ལམ་ལ་ལྟོས། །རང་གར་འཇུག་ན་ཏ་ལའི་ཚལ། །མོ་ཁོག་གིན་ཏུ་བཟང་བ་ལ། །བཙུག་གསུམ་རྩུང་ཟད་ཞན་ན་ཡང་། །ནམ་ཡུག་མི་ཁྱོགས་ངོ་ཅམ་ལས། །མི་སྒྲོན་མོ་ཁོག་ལད་བྱུར་ན། །བཙུག་གསུམ་ཁོ་ནས་ཕན་མི་བྱག་གཏོ་ཡོད་ཅམ་ཞིག་མཚོན་པ་ཡིན། །གསུམ་བདུན་བརྒྱད་དང་བཙུག་ཅིག་དེ། །རང་སའི་བཅན་ས་མ་ལད་ནས། །བྱི་ས་ཡུལ་བཞི་ལད་པ་ཡི། །བཙུག་གསུམ་ཅེ་མོ་ངན་པ་དེ། །རང་ལ་མི་སྒྲོན་མདུན་ངོ་ཡིན། །རང་སའི་གནས་རྣམས་མ་ལད་ནས། །བྱི་སར་འཛིགས་ངོ་བབས་ན་ཡང་། །ཤོར་གོད་མེད་པའི་སྟོང་འུར་ཡིན། །དེ་བཞིན་བྱི་སའི་ངོ་འཛིན་ལ། །མི་སའི་འགྲོད་ངོ་ཨེ་བྱུང་དང་། །ལྷ་སའི་གནས་མལ་ཨེ་ཞིག་ལྷ། །དག་ངོ་ལ་ཡང་མི་ས་བྱ། །ལད་དང་ནོར་སའི་གོད་བྱུང་ན། །དེས་པར་ངན་པའི་མོ་བབས་ཡིན། །དེས་འགོ་ཕན་ཚུན་བསྐྱུན་ཏེ་དབྱེད། །མོ་མདུད་སྟོབས་ཆེན་གཉན་པོའི་རིགས། །རང་སའི་བཅན་སར་ཁེར་བབས་ན། །ངན་བརྒྱ་གཅིག་གིས་ཆོམ་པ་ཡོད། །དེ་བཞིན་བཟང་བརྒྱ་ངན་གཅིག་གིས། །དམིགས་སུ་བསལ་ནས་བསྐྱས་པ་ཡོད། །སྤྲེད་དུ་དྲུངས་སྒྲིགས་འདྲེས་པའོ། །ངན་པ་བཙུག་གསུམ་

ཅེ་མོ་ལ། །བརྒྱལ་ཁ་བཟང་སྡེ་ཆེ་ཡང་ནི། །ནད་པ་མིན་ན་ཁྱོགས་པ་ཡོད། །  
 བཟང་སྡེའི་ཅེ་མོ་བཟང་ཆེས་ཤིང་། །མོ་འདེབས་ཡུལ་འཕེལ་དར་ཅན་ཡིན་  
 བ། །ཉ་ཆེན་འགྲིབ་འདོད་ལྟ་བུ་ཡི། །དམིགས་བསལ་ངན་པའི་སྐབས་ཀྱང་  
 ཡོད། །དེས་ན་བྱེ་བྲག་རང་སློབ་དབྱུང་། །མོ་བཟང་པོ་ཐམས་ཅད་ཡར་ལ་  
 དོད། །དབག་བསམ་ཤིང་གི་ཅེ་ལ་བལྟ། །དེ་བཅུ་གསུམ་སྟེང་ལ་ཟེར་བ་  
 ཡིན། ཅེ་མོ་མ་ལད་གྲོད་མི་འོང་། །དྲངས་མ་ཡར་ལ་ཅི་བདེ། །མོ་ཁོག་དེ་  
 ལ་དྲངས་མ་དུ་ཡོད་ཀྱང་། །གཅིག་ནས་བཅུ་གསུམ་བར་དུ་བཅི། །བཟང་པོ་  
 བྱེ་བྲག་གར་གྱུ་ལྟ། །བཟང་པོ་གཅིག་ལ་བསྟན་པ་ན། །གཞི་འཛིན་ལ་ནི་དུར་  
 མི་ལྟང་། །གཉིས་ལ་རྒྱན་མཐོར་ལ་ཆས། །གསུམ་ལ་རྒྱུད་གསུམ་ཆེ་ལ་བྱིན། །  
 བཞི་ལ་མནའ་མ་བུ་ཐོར་འཛོམས། །ལྷ་ལ་རྒྱ་པའི་རྒྱལ་ལམ་བྱེ། །དུག་ལ་  
 བྱིམ་མི་ཁ་འགྲོད་མེད། །བདུན་ལ་རང་བྱས་སློ་མི་ཉེས། །བརྒྱད་ལ་ཁོག་པའི་  
 སྟེང་མི་འབུད། །དགུ་གཤིན་ལམ་བྱེ་དང་གཅོད་འབྲལ་འོང་། །བཅུ་ལ་མ་བྱི་  
 ཡུལ་མི་བརྗེ། །བཅུ་གཅིག་ཆེར་རབ་གྲོད་མི་འོང་། །བཅུ་གཉིས་དགྲ་དང་  
 གྲོད་སྒྲོ་འབྱེད། །བཅུ་གསུམ་མགོ་ལ་མདུན་མི་ཐོག་ །མོ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་  
 སྤར་དུ་དོད། །ཁྱོ་ཆུའི་ཕ་བོང་རྩ་བར་བལྟ། །དེ་ཆང་རབ་སྟེང་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། །  
 ངན་པས་རང་ཡུལ་མ་བཟུང་ན། །གོད་དང་ན་ཆ་གཏོན་མི་འོང་། །གཞི་ཐོག་  
 སྟོགས་མ་དུ་གདའ་ཡང་། །གཅིག་ནས་བཅུ་གཉིས་བར་དུ་བཅི། །ངན་པ་བྱི་  
 བར་གར་གྱུང་བལྟ། །གཅིག་ལ་བསྟན་ན་གཞི་འཛིན་ནད་གྱིས་ཐེབས། །

གཉིས་ལ་འདྲེ་རིགས་པར་ལ་གྱུ། །གསུམ་ལ་ཆུང་གསུམ་སད་ལ་འཆོར། །  
 བཞི་ལ་གཡང་ལྷ་འདྲེ་ཡིས་ཐུད། །ལྔ་ལ་དུར་སྒོ་དག་ལ་གྱུ། །དུག་ལ་བུད་  
 མེད་རྒྱུད་གིས་ཁྱེར། །བདུན་ལ་པ་སྒྲུན་ལག་ཡ་གོག། །བརྒྱད་ལ་སྒོ་ཡ་སྒོ་ཐུག་  
 སྒྲོང་། །དགུ་ལ་དག་ཡི་ལག་བ་ཆག། །བཅུ་ལ་མ་བྱི་ཡུལ་ནས་འབུད། །བཅུ་  
 གཅིག་མི་ཤིའི་མདུན་གྱིས་ཅོན། །བཅུ་གཉིས་དག་འདྲེའི་ཟ་ཁ་བསྐྱམས། །  
 འབྲིང་པོ་ཐམས་ཅད་འཕྲེད་དུ་དོད། །དགུ་བདུན་འདུས་པའི་གསང་ལ་དབྱེད། །  
 དེ་བརྒྱད་གྱི་སྒྲིང་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། །ཅེ་མོ་ཉ་ལའད་ན་རྒྱ་མཆོ་ལྷུང་། །རྒྱ་མཆོ་  
 ལའད་ན་ཅེ་ཉ་མོ་ལྷུང་། །དེ་གཉིས་ལའད་ན་རི་རབ་ལྷུང་། །རི་རབ་ལའད་ན་  
 དེ་གཉིས་ལྷུང་། །དུངས་མ་དིང་དིང་རང་སར་བསྐད། །བྱིས་ར་ངན་སྟིགས་  
 མོང་ན་བཟང་། །ཡོད་གྱི་གནས་གཞི་བདེ་བ་ཡིན། །དེ་ལས་གོ་ཕྱོག་བྱུང་ན་  
 ངན། །འདྲེས་མ་བཟང་ངན་འདྲེས་མ་ཡིན། །དིང་དིང་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ན། །  
 མོ་མི་བཟང་གནད་གཅིག་ཡོད་པ་ཡིན། །གཉིས་བ་བརྒྱད་བ་དབྱེད་པ་ལ། །  
 མོ་གང་ཡང་ལན་གཉིས་བབས་བ་ནས། །མང་པོའི་བར་དུ་བབས་པ་ལ། །  
 བརྒྱད་པ་ཞེས་བྱ་དེ་ལའང་། །བར་མ་ཆོད་པར་བརྒྱད་པ་དང་། །བར་ཆོད་པར་  
 བབས་པ་འཕར་བ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་གལ་བར་ལ་སོགས་པ། །རེ་རེ་གོར་མོ་  
 རྫོང་བས་ཕྱི། །བརྒྱད་ན་ཟེར་མ་རྒྱུད་བས་ཡང་། །བཟང་པོ་བཅོན་སར་བབས་  
 པ་རྣམས། །མ་འཕར་གཅིག་འདུག་བྱུང་ན་བཅོན། །བཟང་ངན་བྱིན་གར་  
 གྱུ་བ། །བཤད་མ་ཐག་པ་བཞིན་དུ་བཏྲ། །བཟང་པོའི་མོ་མདུད་གང་ཡིན་པ། །

ལོ་མལ་ས་མལ་ནས་འཕར་ནས། བྱི་སར་སོང་བ་དན་པ་ཡིན། །སྤར་ཡང་  
རང་སར་མ་འཁོར་ན། །སྤ་ཉམས་ཡུལ་འཕོ་སོགས་འབྱུང་བས། །སྤ་བསྐྱ་  
སྤྱི་གཏའ་ཆོ་འགྲུགས་བྱ། །དན་པ་རང་ས་ནས་བྱི་སར། །འཕར་བ་འཁྱུབ་  
ཆ་བྱིར་བྱུང་བཟང་། །བྱུང་པར་གཞི་འཛིན་སྤྱིང་དག་ཏུ། །མོ་མདུད་བཟང་  
པོ་གཡོན་ཆོག་བབས། །དེ་བཅུ་གསུམ་སྤྱིང་དུ་སོང་བ་ན། །གཡང་ཉམས་  
དོན་ཤོར་སོགས་གྱིང་། །སྤྱིར་བཅུ་གསུམ་ཅེ་འཛིན་བཟང་དགོས་གྲང་། །  
འདི་ཡང་མཐའ་ལ་གཏོགས་པའི་བྱིར། །འབྲ་གཉིས་འདིར་སོང་ལ་བརྒྱལ་  
ཡིན། །དེ་ལའང་བཟང་དན་སྤྱི་ཆོགས་འོང་། །ལར་དིང་དིང་ཆེད་རུམ་འགྲིགས་  
ན། །སྤྱིར་བཏང་མང་ཡང་སྤྱོན་མི་འོང་། །མོ་གང་ཡང་གསུམ་ཡན་ཆེར་མི་  
ཉེས། །བཞི་འགྲིགས་ཕན་ཆད་འགྲིགས་དབྱུང་དགོས། །ལྷ་ཕན་ཆད་འགྲིག་  
གི་རེ་འབྱམས་ཡིན། །སྤྱིང་དུ་དིང་དིང་འཕྲེད་འགྲིགས་དེ། །དཀྱིལ་འཁོར་  
ཁྲུ་བཞེངས་པ་ཡིན། །དོ་མ་ཁ་འགྲིགས་བཏགས་པ་ཡིན། །བར་དུ་ཡུལ་  
ལ་འཕོ་འཇུག་འོང་། །རི་ཆེན་རྩ་བར་དུར་ཞིག་འདེབས། །སྤྱིང་དུ་སྤྱོན་པ་  
གཡལ་ལ་འགྲིགས། །ལ་ཁ་སྤྱིང་དུ་དུར་གཅིག་འདེབས། །གསས་མཁར་  
བརྩིགས་ལ་གནམ་སྤོ་བཅད། །ལར་ལྷ་ཕན་ཆད་མང་དུ་འགྲིགས་པ་ན། །  
རྩང་ཟད་སྤྱི་ལུང་དོ་ཆེ་ཡི། །དེ་ཆུན་ཉེས་པ་རྩང་བ་ཡིན། །དིང་དིང་འགྲིགས་  
འདི་ཉེས་པ་རྩང་། །འབབ་བར་དཀའ་བའི་མོ་རིགས་གྱི། །གསུམ་འགྲིགས་  
གྲང་རྒྱུ་མཆོན་ཆེ་བ་ཡིན། །མི་མང་ཆོགས་དང་ཆོས་ཆེན་འདྲི། །ལྷ་ཁང་བཞེངས་

སོགས་འདྲ་འགྲིག་གི། །ལས་ཀ་བྱུང་ན་དེ་ལ་བཟ། །མིན་ན་འདྲ་ལོང་བྲེལ་  
 ཚུབ་ཕྱིར། །རྟུང་དོ་སོགས་སྤུང་ལྟ་བཡོད། །སྒྲུབ་ས་ཀྱི་རང་སྒོས་བྱེ་སྟེ་དབྱང་།  
 །ལན་དང་མོ་ཁོག་ས་སྒྲུགས་ཏེ་བཟ། །ལམ་དིང་དིང་རིགས་རྣམས་འགྲིགས་  
 པ་འདི། །མནན་བས་མི་ལོན་ཟངས་ཁའི་གྲོ་བ་འདྲ། །ཡུལ་ཁམས་དམག་  
 གིས་གང་བའི་དོ། །འབྲུ་དཀར་དམར་ནག་གསུམ་འདྲེས་བའི་དོ། །གཞན་  
 མ་ཅི་བཏབ་ངན་བ་ལ། །མི་ཆེན་འདུན་ཆོགས་བྱེད་བ་དང་། །དམག་ཆེན་  
 དར་མདུང་འགྲེད་ཉིན་བཟང་། །སྒྲིན་དིང་སྒྲུང་དུ་འགྲིགས་པ་དེ། །རྫོ་ཡི་མཁར་  
 སུ་བྱས་བ་ཡིན། །རྟུང་གཅིག་མི་འདེབས་ཁ་མེད་ཡིན། །བྱི་ར་ལག་གསུམ་  
 ས་སྒོ་བཅད། །བར་འགྲིགས་གིང་ཆེན་སྤོང་པོ་འགྲེལ། །རྟུང་གཅིག་མི་  
 འདེབས་ཁ་མེད་ཡིན། །རྟུང་ལ་བོང་སུས་ས་སྒོ་བཅད། །སྟོང་འགྲིགས་རི་  
 ཆེན་གདན་དུ་བཏིང་། །རྟུང་གཅིག་མི་འདེབས་ཁ་མེད་ཡིན། །བྱ་ལྡང་ལུག་  
 ལོས་ཁ་སྟོང་བྱ། །ལར་སྒྲིན་དང་འགྲིགས་རྣམས་གང་ཡིན་ཀྱང་། །དོག་མོ་  
 མཐའ་ནས་གཡོས་པ་ཡིན། །གསེར་སྤལ་དེབ་གིར་གི་བ་ཡིན། །ས་ཁིང་རྩྱུང་  
 འབྲུག་ཡུལ་མཁར་འཆོར། །ཁོན་ཀྱང་སྒྲུང་དུ་མིང་འདིང་དང་། །བར་དུ་མཁར་  
 བཅིགས་སྟོང་དུ་ལྷི། །རི་ལ་བྲག་རྫོང་བཅའ་སོགས་བཟང་། །ཁྱི་སུར་འགྲིགས་  
 བང་ལུས་ལ་སྤྱུ་འབོད། །བརྟུང་རུང་མར་ཆང་ནས་བུད་བ་ཡིན། །གཏོ་ལ་གོ་  
 མཆོན་ཡས་སྤྱོད་པ། །ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་བ་ལ། །རྫོ་མཆོན་ངར་མ་འགྲེད་  
 བ་བཟང་། །བྱོད་སུར་གྱི་དོ་གཏམ་ངན་ཡིན། །ཡུལ་འབྲུད་སྒྲུས་ངན་བྱེད་དོ་

ཡིན། གཤམ་རྒྱུ་ཆེད་ཆོང་བསྐྱོག་འཁོར་ཡས་བོར། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་  
ལ། མི་ཐར་ཡུལ་ནས་འབྱུང་ན་བཟང་། སོ་ཡོན་མ་སྤྱི་འཁྱེད་ངས་བསྐྱིགས་  
པ་ཡིན། རྩ་འབྲེད་དུར་ལོས་བྱས་པས་འགྱུར། མཁའ་ནག་ལས་གདངས་  
བསྐྱིགས་སོགས་བཟང་། སྒོ་བར་པ་ཁུའི་དམེ་གལ་འགྲིགས། ས་བདག་  
འབྲུགས་པའི་ལྷས་ངན་ཡིན། ཞི་བའི་སྤྱིན་སྤྲེག་མང་དུ་བྱ། ཁྱོད་ཀྱི་ཁུར་པོ་  
སྒོ་སྒྲེལ་འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། སྤང་ཆེན་གྲོས་ཤོམ་བྱེད་ན་  
བཟང་། སྒྱུ་མ་ངན་ཡུག་སའི་དུ་གལ་བསྐྱིགས། འབྱུང་བ་རྒྱུ་ཡི་བསྐྱེལ་པ་  
དང་། སྤྱོད་རྒྱུ་འདྲེན་སོགས་མིན་ན། གཞན་མ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། རྩ་  
བྱུང་མེད་འདུ་ཆོགས་བྱུང་ན་ཐུབ། མོ་འདྲེ་མདོས་དང་སྤྲང་བརྒྱད་བྱ། བྱ་  
རལ་ཁྱི་ནག་དུ་ལྷང་བསྐྱིགས། སྒྲ་རི་པོ་ཐལ་གྱིས་འཐོར་བ་ཡིན། འབྱུང་  
བ་རྒྱུད་གི་བསྐྱེལ་པ་དང་། བྱིས་པ་བྱ་བདུན་ཆོང་ནས་བྱད། མི་དོགས་ས་  
ཡི་དག་འོ་ཡིན། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། དཔྱེ་བྱེད་སྤྲེགས་པ་ཆོགས་  
ཉིན་བཟང་། བྱགས་གསུམ་མང་དུ་ཆོགས་ན་ཐུབ། ལི་ཡན་སྒོ་བྱར་སྒོ་  
དམར་འཁྲིགས། ས་སྒོང་ལུང་སྒོང་བསྐྱིགས་འོ་ཡིན། སྒོང་ཡས་བཅུ་གསུམ་  
བོར་བར་བྱ། གཞན་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་ལ། ཡུལ་གཏོང་བྱེད་པའི་  
ཉིན་པར་བཟང་། སེ་སྒོད་ཤ་ཁྲག་རི་ལྷར་སྤྲངས། ཁྲག་གི་རྒྱ་མཚོ་འབྱུར་  
བ་ཡིན། དམར་ལོས་ཤ་འགྲེད་བྱས་པས་འགྱུར། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན་པ་  
ལ། ལིང་ཆེན་བཏགས་པའི་མོ་ལ་བཟང་། གཞན་མ་ཅིས་ཀྱང་མི་ཐུབ་



བན། ཁྲོ་ཆོ་ཤིང་སྒྲོམ་འབྲེད་ལ་བསྒྲིག། ཤིང་ཆེན་རྟེན་ཆད་སྤྱང་སྒྲོམ་ངོ་། །  
 ཤིང་བཅད་ཤིང་ཁང་མང་བསྒྲིགས་བཟང་། གཤམ་མ་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
 བན། ཤིང་སྒྲོམ་དྲུང་བསྒྲིག་ལ་སོགས་བྱ། དམུ་དག་ཤིང་སྤྱང་བསྒྲིགས་པ་  
 འདི། ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་བྱགས་དཀའ་བས། དྲུང་ཤིང་བཅིགས་ལ་གཏོ་  
 བཅོས་བྱ། བྱ་ལུང་གོར་མོ་གདན་དུ་བཏིང་། ཉ་ཆེན་རྒྱས་ནས་འགྲིབ་པ་  
 ཡིན། བོན་ཆེན་མང་དུ་ཆོགས་ངོ་ཡིན། ལྷང་ཟེ་དོ་མས་ཁ་གྲལ་འགྲིགས།  
 སད་རིགས་བན་བོན་གྲལ་དུ་འགྲིགས། ཆོལ་ཆོ་ཤ་མུང་གྲལ་དུ་བསྒྲིགས།  
 ཡ་ཁད་མེ་ཆེན་གནམ་དུ་འབར། བྱ་ལུང་བན་ཆེན་གྲལ་དུ་ཆོགས། ཉི་མ་  
 བྲས་ནས་འགྲིབ་འདོད་ཡིན། ལུལ་ལྷ་བྲེས་སྤྱ་འབྲམས་པ་ཡིན། བརྒྱག་  
 རིགས་ཉེ་བས་ཟས་ཞོར་སྒྲིམ། སངས་རིགས་ཅངས་སེ་རྒྱག་མདུར་ལངས།  
 བྲག་རིགས་གཤིན་རྗེ་ཁྲོམ་དུ་སྒྲིག། གཡུང་དུང་ལུལ་གྱི་མེ་ཆེན་བསྒྲིགས། །  
 གྱེ་བ་ད་རོག་དམུ་དབལ་རྒྱམས། དེ་དང་འདྲ་སྟེ་ཕུ་རྗེ་སོགས། རང་རང་སོ་  
 སོའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། རུ་སོད་བདུད་དམག་གཏིང་ནས་གཡོས། མ་ཟེ་བཅོན་  
 དམག་ཐང་ལ་སྒྲིག། ཉ་འབན་གཉན་དམག་ཁྲོམ་དུ་སྒྲིག། ཡར་ལྗིང་དག་  
 རྒྱ་ལུལ་ནས་བྲེལ། ཁ་ཆོ་མདུང་མོ་གྲལ་ལ་བསྒྲིག། ཅི་རྗོ་མཆོན་སོག་དངས་  
 བསྒྲིགས། གལ་བར་ལུང་ལུང་གྲལ་ལ་བསྒྲིགས། རྩོད་རིགས་གཤིན་རྗེ་འི་  
 རུལ་མ་བསྒྲིགས། རྒྱ་སྤར་སྒྲིན་པོའི་ཤ་ཐབས་བཅས། དེ་སོགས་བཟང་  
 བན་གང་འགྲིགས་ཀྱང་། འདུ་ཆོགས་བྲེལ་བ་མང་ངོ་ཡིན། ལུང་བར་བྲག་

སོགས་ངན་རིགས་ལ། ཏྲ་ཅང་ངན་སྤྱོད་ལས་ཀྱི་མཐའ། མང་བོ་དཔུང་  
 བསྐྱེལ་བྱེད་མ་གཏོགས། ཅིས་ཀྱང་མི་ཐེག་གིན་ཏུ་ངན། གཡུང་དུང་སོགས་  
 བཟང་སྡེ་ཆེ་བ་ཀུན། འགྲིགས་པ་ཁྱོགས་པར་གིན་ཏུ་དཀའ། འིང་འིང་ལ་  
 སོགས་དྲངས་མ་འཇམ་པའི་སྡེ། འགྲིགས་ཀྱང་འདྲུ་ལོང་སོགས་ཀྱི་ངོ་།  
 གཏོ་སོགས་བྱས་ན་སྒྲིན་ཆེར་མེད། ཁོ་སོའི་དམིགས་པས་ལ་སྐབས་ཀྱིས་  
 ཤེས། ཀུན་ཀྱང་སྤྱོད་ཏུ་ས་ལ་འགྲིགས། འོག་མོ་གདན་ཏུ་བཏིང་བ་ཡིན།  
 འོག་མོ་གདན་ཏུ་བཏིང་བ་དེའི། བདུན་གྱི་རྩྱུང་དམར་སེ་སྟོང་ན། འུར་གཅིག་  
 མི་འདེབས་ཁ་མེད་ཡིན། བདུན་གྱི་གལ་བར་ཐོད་དཀར་ན། ཡུལ་གཅིག་  
 མི་འོན་ཁ་མེད་ཡིན། རྒྱུང་གསུམ་མུང་མེད་བསྐྱེགས་པ་ཡིན། བར་དུ་དོ་མ་  
 ཁ་ལྷང་བསྐྱེགས། འི་རབ་པར་དུ་བཏབ་ངོ་ཡིན། འི་རབ་པར་དུ་བཏབ་པ་  
 ན། བཅུ་གཅིག་ཁྲི་སྟོན་རྩྱུང་རིགས་བབས། མཁར་གཅིག་མི་འཆོར་ཁ་  
 མེན་ཡིན། བདུན་ལ་དཔྱད་ག་བརྒྱག་ཅན་ན། མཁར་གཅིག་མི་ཐེག་ཁ་  
 མེད་ཡིན། རྟོད་དུ་བན་བོན་གལ་ལ་ཆོགས། འདུང་སྟོན་ལྷ་ལྟར་གྱོན་པ་  
 ཡིན། འདུང་སྟོན་ལྷ་ལྟར་གྱོན་པ་ལ། བཅུ་གསུམ་སྟེང་གི་སྐྱུམ་སྟོན་ན།  
 རྒྱས་གཅིག་མི་འཆོར་ཁ་མེད་ཡིན། བཅུ་གསུམ་ཨ་ཁང་ཅེ་མ་ན། རྒྱས་  
 གཅིག་མི་འོན་ཁ་མེད་ཡིན། སྦྱིར་འགྲིགས་རིགས་གང་དང་གང་ཡིན་ཀྱང་།  
 རྒྱང་བས་མི་ཁྱོག་ལྷགས་སྒྲིག་འདྲ། ལུས་ཀྱིས་མི་ཐེག་ཁུ་རུ་འདྲ། མགོ་ཡི་  
 མི་ཁྱོགས་ལྷ་མོ་འདྲ། རྟོད་སྤྱང་བར་གསུམ་གང་དུ་འདྲང་ངན། སྤྱང་གྱི་བཞི

འགྲིགས་ཡམས་དོ་ཡིན། །ལན་ལད་ཡམས་ཀྱི་སྒོ་ནག་ཟུ། །བར་གྱི་བཞི་  
འགྲིགས་འབྲུག་དོ་ཡིན། །ལན་ལད་ན་དར་མ་རྩར་ལ་ཐོགས། །སྟོང་གྱི་བཞི་  
འགྲིགས་ཟུང་ན་ཡིན། །ལན་ལད་ན་སྟུག་ཡུན་ཤིན་རྟེ་དང་། །སྟོང་གྱི་ཆེག་སྟུམ་  
འདྲ་འདྲ་སྟེ། །རྒྱལ་པོ་མི་ཡི་ཆེ་ཆད་ཡིན། །ལྷ་བརྩ་གཉིས་གོང་ནས་མགོ་བོ་  
ཆད། །བར་གྱི་མཛང་གསུམ་འདྲ་འདྲ་སྟེ། །སྒོན་པོ་མི་ཡི་ཆེ་ཆད་ཡིན། །བྱང་  
ཁོག་ནང་གི་སྟིང་བྱད་ཡིན། །སྟང་གྱི་སྟིགས་གསུམ་འདྲ་འདྲ་སྟེ། །དབུལ་སྟུག་  
ཟུང་གསུམ་ཆེ་ཆད་ཡིན། །སྟུག་ལ་སྟུག་གི་མཐའ་དེད་ཡིན། །གཉིས་བརྟུང་  
བ་ཆས་བ་ཅམ་ཡིན་ལ། །གསུམ་བརྟུང་བ་ནི་བྲེལ་བ་ལང་། །བཞི་བརྟུང་བ་  
ནི་ཕྱར་ཟིང་འབྲུག། །ལྷ་པན་ཆད་རེ་འབྲམས་གངས་སུ་འགོ། །བརྟུང་པན་  
ཆད་ཤིན་རྟེ་ཡུང་ཆེན་ཡིན། །ཡུལ་བྱད་མིན་བར་དེ་མི་འབབས། །ད་ནི་རེ་  
འབྲམས་དབྱུང་བ་ལ། །མོ་མདུད་བཟང་ངན་གང་ཡིན་ཀྱང་། །ལྷ་པན་ཆད་  
བརྟུང་ན་རེ་འབྲམས་ཡིན། །མ་བརྟུང་བ་ཡི་རེ་འབྲམས་ནི། །སོ་ཡོན་དམ་ཆུ་  
བྲེང་བྲེང་ཡིན། །བརྟུང་མི་དགོས་ལན་གཅིག་བབས་བས་ཆོག། །བརྟུང་བའི་  
རེ་འབྲམས་རིགས་ལ་ནི། །དིང་དིང་ནམ་མཁའི་རེ་འབྲམས་དང་། །སྒྱིན་དིང་  
ས་གཞིའི་རེ་འབྲམས་སོགས། །སོ་སོའི་མདུད་བའི་ཁམས་ལས་དབྱུང་། །  
གནས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་བ་ན། །སྟང་དུ་ས་གཞི་སྟུལ་གྱི་རེ་འབྲམས་ཡིན། །  
བར་དུ་བར་སྣང་རྒྱུང་གི་རེ་འབྲམས་ཡིན། །སྟོང་དུ་ནམ་མཁའ་ཐོག་གི་རེ་  
འབྲམས་ཡིན། །རེ་འབྲམས་འཛུབས་ཟིང་བྲེལ་ཕྱར་ཡིན། །རེ་འབྲམས་སྟུ་

ལ་གང་ཡོད་པའི། མདུད་པ་དག་ལ་དབྱེད་བྱ་སྟེ། །རེ་འབྲམས་སྣ་ཡི་གྲེ་བ་  
ན། །དུག་ཆེན་རྩྱེད་ལ་ནང་དམེ་དང། །དེ་རྒྱ་བོད་ལ་ནང་དམེ་དང། །དམ་  
དབལ་གཤེན་ལ་ལྷ་འབྲུགས་བྱུང། །བྲག་རིགས་རྫོངས་ཆེན་གྲང་རལ་འོང་།  
བྱ་རལ་སྒྲུ་ལ་རེ་དུམ་རེད། །ལུང་བར་སྟེ་ཆེན་དབྱེན་གྱིས་བྱེ། །གསེར་བྱ་དམ་  
ཆོས་བསྟན་པ་རུབ། །སད་ཁམས་བོན་གྱི་བསྟན་པ་རུབ། །སྟོ་བར་ས་མདོའི་  
མཁར་ལ་ངན། །རེ་འབྲམས་སྣ་ཡི་ཨ་ཁད་ན། །ཁྲོད་པ་གཅིག་ལ་བྱ་ཐོང་  
དང། །ཁྲོད་རྒྱུད་མེ་ཡི་འཆོག་གོ་སྟོས། །སེ་སྟོད་སྒྲིང་ལྷག་གསེར་ལུང་འཆད། །  
རུ་སྟོད་འགྲུ་ལ་རྒྱ་པ་རྒྱག། །ན་འབན་རྟ་དམར་འབྲེས་པའི་བྱུ། །དགས་  
འདེད་ནོར་འཆོར་གྱི་རོ་ཡོད། །སྟོ་ཆེ་རྟ་ལ་རྒྱ་པ་རྒྱག། །ཆོལ་ཆེ་ལྷག་ལ་  
དགས་རྒྱུང་འཛིགས། །སྒྲེར་ལེབ་འབྲི་ལ་སྟོ་ཉན་འབྱུང། །སྒྲུམ་རིགས་མོ་སྟན་  
གསུ་ལུང་ཆད། །མ་ཟེ་བྱ་སྒྲུ་རྒྱུ་ལ་ཤོར། །སྒྲུམ་མཉམ་རི་རྒྱུང་འཛོལ་གྱིས་  
སྟེབ། །སྒང་གྲེ་གསུ་འབྲུག་མཐའ་ཡར་བརྒྱབ། །ཁྲི་བུར་དོང་བྲ་ཐོགས་གིས་  
བསད། །གལ་བར་མ་ཆོལ་ཡར་ལྗིང་དང། །སངས་དང་བྱ་ལུན་གང་བབས་  
གྲང། །མི་གསལ་པ་ཅན་ལ་བྱ་ཐོང་དང། །སངས་ཐོད་ནང་དམེ་འོང་ངོ་གྱིས།  
སོ་ཡོན་ཡར་ལྗིང་བག་ལྷི་སོགས། །ངན་པའི་རིགས་རྣམས་གང་བབ་གྲང། །  
མི་སྟག་བསྟེན་ཅན་ལ་བྱ་ཐོང་དང། །སྟག་ལུན་རྒྱ་བས་རིང་ངོ་གྱིས། །མདོར་  
ན་སྣ་ལ་གང་ཡོད་པའི། །མདུད་པར་བརྟགས་ལ་དེ་དང་དེའི། །སྒྲུ་ཁམས་  
ཅན་ལ་ངན་པར་བཤད། །དེ་ནི་རེ་འབྲམས་གདོང་བུབ་པའི། །མདུད་པའི་

སྒྲེ་རིགས་བཤད་པ་ན། །རེ་འབྲུམས་སྒྲུ་ཡི་བྱ་བ་རྩ་ན། །རྒྱལ་བུས་ཆོས་འཁོར་  
ལོན་པ་ཡིན། །པོད་ལ་ལོངས་སྤྱོད་འཕེལ་བ་ཡིན། །སྒྲུ་ལ་སྒྱིན་དིང་བབས་  
པ་ན། །རེ་འབྲུམས་སྒྲུ་དེ་ལུག་རིལ་གྱིས། །བརྟེན་པས་གྱོད་དང་གོད་མི་འོང་།  
གལ་ཏེ་དམུ་དག་བབས་པ་ན། །དམག་ཆེན་འུབ་གྱིས་འདུས་པ་ཡིན། །ཁྲོམ་  
བ་རང་ལ་གུས་པ་ཡིན། །ཁྱི་སྒྲོད་ནང་བརྟུང་གིང་ལ་བརྟེན། །འབྲུར་མེད་གིང་  
ལ་ཡོན་ཏན་ཆང་། །རེ་འབྲུམས་སྒྲུ་ལེན་འདི་གསུམ་ཡིན། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་  
བཟང་བ་ཡིན། །གཞན་ཡང་ཅེ་བཞི་འདྲ་བཞི་དང་། །ལོག་བཞི་ཟུར་བཞི་འི་  
འདྲ་བཞི་དང་། །ཁྱི་ས་བཞི་ཡི་འདྲ་བཞི་དེ། །ཚུར་ལ་ཐེབ་པས་དག་དོ་ཡིན། །  
ལན་སོགས་དག་ལྟའི་སྐབས་སུ་དབྱུང་། །རང་ས་བཞི་ཡི་འདྲ་བཞི་ཡང་། །  
ཡལ་པས་མི་བྱབ་དག་དོ་ཡིན། །ཐིམ་བྱུང་ན་རྒྱལ་དོ་ཡིན། །གནས་མལ་ལད་  
ན་ཡམ་དོ་ཡིན། །བཟང་པོ་ཁྱི་ནས་ནང་འགྲིག་བཟང་། །རན་པ་ནང་ནས་ཁྱི་  
འགྲིག་བཟང་། །གོ་སྐྱབས་ལོག་ན་གིན་ཏུ་རང་། །སྒྱིར་འདྲ་བ་ཐམས་ཅད་དེ་  
འདྲའི་རིགས། །མང་དུ་ཆོགས་གིང་དབྱུང་བསྐྱེལ་བས། །བྲེལ་ཟིང་འུར་དོ་ཆེ་  
བ་ལ། །བཟང་འུར་རན་འུར་ལན་ལ་བལྟ། །ད་བརྟུང་པ་རྒྱག་འདུར་ལང་བ་  
ཡི། །ཁ་འཛིན་མདུད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། །དག་སྒྲའི་ལོག་སྒྲོར་བྱུང་ཅན། །དུང་  
ཁྱུང་མགོ་ཡི་ནོར་བུ་དགོས། །བརྟུ་གཅིག་བརྟུ་གསུམ་གཉིས་ལ་ནི། །སྒྱུམ་  
བྲག་ལྷི་བུར་བརྒྱག་ན་ཡིན། །རེ་འབྲུམས་ཁ་རྒྱངས་བྱུང་ཅན། །དམུ་ཡི་ཡག་  
སྒོད་ཟེ་བ་དགོས། །གལ་བར་ལེགས་ལྷམ་བརྒྱག་ན་ཡིན། །ཟི་མ་གཡུལ་

ཆེན་འགྲེང་ཙ་ན། །ལུང་བའི་རྒྱལ་གྱི་སྒྲུག་རིས་དགོས། །བག་སྐྱེར་བུང་བྱི་བྱ་  
མོ་ཡིན། །སངས་ལ་རྒྱུག་འདུར་བུང་ཙ་ན། །དར་སྒྲི་སེར་མོ་དགུ་བསྐྱེལ་  
དགོས། །ཤ་རིང་སྒྲོ་ཆོ་བརྒྱུག་ན་ཡིན། །དབྱིག་དཀར་ལྟོ་སྒྲིན་འཁྲིགས་ཙ་ན། །  
རྒྱུང་བ་ཤ་བུའི་རྩི་སད་དགོས། །རང་སྒྲན་ལྟ་རྒྱུང་དཀར་མོ་ཡིན། །དབྱིག་  
དམར་ཁྲག་མཆོ་ཁོལ་ཙ་ན། །འཛིན་ཉ་དཀར་མོ་ཁྱུང་དག་དགོས། །སྒྲུམ་གྱི་  
དུངས་མ་གཤམ་སྒྲོན་ཡིན། །དབྱིག་ནག་དུག་མཆོ་ཁོལ་ཙ་ན། །སྒྲན་ཤ་ལུ་མོའི་  
མཁྲིས་པ་དགོས། །སྐྱེར་དཀར་ཀྱ་ཡེ་བྱེལ་ཆང་ཡིན། །འབྲུག་གི་དམེ་ལེབ་  
ཉིལ་གྱུར་ན། །བྱ་རྩེ་མགོ་ཡི་དབུ་ལྷ་དགོས། །ཀྱི་བ་ཀྱི་ལེ་འོད་དཀར་ཡིན། །  
ཅངས་སེ་ཁྲོམ་དུ་ལྷག་ཙ་ན། །ཤེལ་གྱི་བང་བ་མིག་དགུ་དགོས། །དིང་དིང་  
ཤུག་གྱུར་ཆེན་ཡིན། །མོ་སྒྲུ་བུ་ལྷག་འཇུ་བས་ཙ་ན། །ལྟོ་སྒྲིན་ལྷག་མོའི་ཆར་  
བ་དགོས། །བག་ཆོག་དཀ་མོ་འཇུ་མ་ཆེན་ཡིན། །བྲག་ཆོད་རྒྱུང་ལྟོག་འགོལ་  
བ་ན། །འཁྱོང་ཆོད་མགོ་ཡི་ཅུ་ཐུར་དགོས། །དཀར་ལ་ཅུ་ཐོག་གཤམ་དུང་  
དིང་མོ་གཤམ། །སྒྲུམ་ཁམས་རྒྱ་ཞོག་བརྒྱུག་ཙ་ན། །མྱ་རྒྱལ་སྒྲོམ་རའི་སྒྲུམས་  
གཅིག་དགོས། །དེ་ནི་དཀར་ཐོག་གཤམ་དུང་ཡིན། །སངས་ཆོད་སྤང་ཆང་  
འཐོར་ཙ་ན། །མྱ་བུའི་རྒྱལ་གྱི་ལྟོམ་དར་དགོས། །དེ་ནི་ཆོལ་ཆོ་ལུ་གུ་དང་། །  
སྐྱེར་ཡ་རེལ་ཆོད་ནམ་གཉིས་ཡིན། །ཁྱིང་སྒྲུ་རབ་ཆོད་འདྲིལ་བ་ལ། །བསྐྱང་  
སྒྲུག་པོའི་བརྒྱུང་ཅུ་དགོས། །དེ་ནི་གཤམ་བར་ཐོད་དཀར་ཡིན། །སངས་ཁམས་  
གཟའ་སྐར་འབྲུགས་པ་ན། །དགུ་ཐིག་སྒྲུ་མོའི་འཐོན་ཐག་དགོས། །ཀྱི་བ་ལྷ་

དབྱིག་སྒྲུལ་པོ་ཡིན། །སོ་བྲག་མུན་པ་འཐིབ་ཅམ་ན། །ཉི་ལྷ་མ་ལུ་སྒྲུལ་འགོལ་  
 དགོས། །བག་བྲག་སེར་ཉི་འོད་བརྒྱག་ཡིན། །སྒོ་བྲག་སྒྲོང་འབྲེལ་བྱུང་ཅམ་  
 ན། །འཕེན་ཤིང་ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་དགོས། །དུ་དག་གཡུ་ཡི་ཕོ་རོག་ཡིན། །  
 རྩེ་བྲག་དྲག་མཚོ་ཁོལ་ཅན། །ཁུ་བྲག་རྒྱབ་ཀྱི་བང་ལྷེམ་དགོས། །རེ་སེ་  
 རྒྱུར་ཡ་རེས་ཚོད་ཡིན། །མོ་ཚོད་ལྷ་བཅན་འཕྱུ་ཅན། །དུ་ཇེ་བཅད་པོའི་  
 དུ་ལྷ་དགོས། །དུ་དབལ་དུང་རི་དཀར་པོ་ཡིན། །ཡང་ན་རུ་སྒྲོང་ཁ་ལེས་  
 ཚོག། །ནག་རིགས་འཐོར་འདྲིག་བྱུང་ཅན། །སྒྲག་མོ་དམར་པོའི་མཆེ་བ་  
 དགོས། །དེ་ནི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །སེང་ཕན་ཚོ་མདུར་བྱུང་ཅན། །ཚོས་ཇེ་  
 དུང་དཀར་ཕྱག་ཆ་དགོས། །དུ་དབལ་དུང་རི་དཀར་པོ་ཡིན། །སེ་སྒྲོང་ཁག་  
 མཚོ་ཁོལ་ཅན། །བདུད་ཅི་སྒྲན་གྱི་ཞལ་ལུ་དགོས། །སྒྲུལ་ཆུང་བུམ་པ་གསེར་  
 མིག་ཡིན། །གཏན་གྱི་མདུད་པ་ཉི་ཤུ་པོ། །གོང་གི་འཐབ་བརྒྱག་བརྟུང་པའི་  
 ལན། །བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་དག་ལ་དགོས། །གལ་ཏེ་བརྟུང་པ་མིན་ན་  
 ཡང་། །དེ་དང་དེ་ཡི་ངན་རིགས་ཀྱི། །ལན་དུ་འདི་དག་བབས་ཚོག་ཡིན། །  
 ད་སྟིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་འདྲ་དབྱེད་ལ། །སྟིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་དུ་དག་  
 གསུམ། །གནའ་ཡང་གཡུང་དུང་མི་ཁྱིམ་བདུན། །ད་ཡང་གཡུང་དུང་མི་ཁྱིམ་  
 བདུན། །པ་ཤེད་བྲས་ཀྱང་མ་པན་ཡིན། །དེ་བཞིན་སྟིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་  
 ལ། །འདྲ་བ་བབས་པའི་དབྱེད་པ་ལ། །བྱོད་ཕུར་མདུང་ཅེ་སྒྲོ་བགང་། །ད་  
 རྒྱག་སེལ་གྱིས་འགོ་བ་ཡིན། །ནལ་མས་ལྷ་མཚོལ་གྱི་དོ་ཡོད། །སྒྲིན་དིང་

མཆོར་སྤང་བྱ་མོ་གྲོན་མས་བྱེད། །རྒྱལ་བྱ་རབས་ཆད་ཡོལ་གྱིས་མནན། །  
སྒྱུ་མ་པབས་བྱ་རན་བྱ་བས་ཆ་བོ་རན། །སྒོ་བར་པ་སྒྲན་ནང་མཁོན་འོང་། །  
དམེ་རྩོལ་ཁར་འདྲིལ་བ་ཡིན། །སེ་སྟོད་མི་གཉིས་མཁོན་སར་འཆི། །འི་ཡན་  
ཤིང་རུལ་འཛེར་བ་བྱེད། །མི་རབས་མཐའ་བརྒྱུག་ཐུག་གིས་བཟུང་། །མ་ཟེ་  
གཙན་གཟན་ཐབ་སྒྲ་སྟིག་ཤིད་བྱས་དུར་ཡོན་མི་བརྒྱུག་ཐང་། །སྒོ་མ་ཟེ་མི་  
བྱ་བཙན་གྱིས་བྱེད། །སང་མ་ཟེ་སྒྲིས་སྒྲིས་སྟག་ལ་སྒྲིས། །ཤི་ཤི་གི་ལ་ཤི་བ་  
ཡིན། །མི་རབས་གསུམ་དུ་མི་འདོད་འབྱུང་། །རུ་སྟོད་གི་བོ་ཐང་ནས་ལང་། །  
ན་འབན་འབྱུགས་འདྲེ་སྒྲན་གསུམ་ལང་། །ཐོག་གི་ཐོག་ལམ་དོད་ན་སྟོས། །  
སོ་ཡོན་དམེ་རྩོལ་ཁར་འདྲིལ། །སྒྱེར་ནག་བུ་ཆོའི་འཕེལ་ཁ་བྱ་མོས་འཕྲོག།  
བག་ལྷི་མི་རྒྱུད་རྒྱུད་བ་ཡིན། །མར་ལྷིང་བྱན་གྱིས་རྩེ་བོ་གསོད། །མི་ཆོན་  
གཅིག་དེར་རབས་ཆད་ཡིན། །སྒྱེར་གསུམ་མི་ཡི་སྒྱེ་བ་ལང་། །བུ་ཆོ་སྒྱེས་ཆད་  
སྒྲུག་པར་སྒྱེ། །སྒྱེར་ལེབ་པ་གྲོན་བུ་སྟོན་སྒྱེ། །སྒོ་བར་པོ་ལྷའི་དབུགས་ཆད་  
ཡིན། །མི་ལོར་གཉིས་ཀ་འཕེལ་ཁ་རྒྱུང་། །བྱ་ཡུན་ཉི་མའི་བྱ་མོ་གནམ་ནས་  
བྱོན། །བག་མ་གནམ་བབས་ཚུལ་དུ་རྟོད། །བག་མ་དེ་ལ་བྱ་མོ་བདུན་དུ་སྒྱེ། །  
སངས་གསུམ་ལ་ཁར་བྱར་དུ་རྒྱུག། །འཕྲོག་པ་ཡུལ་བབས་ས་སྤྱ་ལེན། །ཁོར་  
ས་བྱང་བྱུར་ར་ཞོ་བསྟུལ། །བྱ་བྱར་པ་ཤི་ལྷ་སྟོར་ཡིན། །ཐེ་སྒྲུམ་ཡུག་སའི་  
མཆོར་སྟོ་བྱས། །ཁ་ཆོ་མི་རྒྱལ་སྒྱེ་བ་རན། །ཁོར་རྒྱལ་འཕེལ་ཁ་ལྷུང་བ་ཡིན། །  
མི་སྟོང་ལྷ་ལ་འཛེར་བ་ཡིན། །ས་བདག་སྟོང་ཐོག་མི་ཤིས་འགྲམ། །སྟོང་འགྲམ་



བཅོས་པའི་གཏོ་བྱའོ། རྒྱ་སྤར་མི་རབས་གྱི་རྒྱུད་དང་། རྩོག་པ་མིན་པོས་ག-  
 རྒྱ་བཅུགས། གྱི་པོ་སྤྱན་གསུམ་ལང་བ་ཡིན། རྩོག་ལེ་མི་འགའ་རྒྱུད་གིས་  
 ཁྱེད། ཡུལ་དགུ་མོས་ཀྱང་ཕྱེ་མི་སྤྱ། རྒྱུད་བརྒྱུད་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་རབས་ཆད།  
 མོ་བྱ་ལྟ་གྲལ་དཔེ་ཡིས་བཅད། སྤྱུམ་ཆན་རབས་ཆད་ཁྱིམ་ལུང་ཡིན། རྡེ་  
 རྩམས་ངན་པའི་འགྲིག་ལྷགས་ཡིན། ཡང་བཟང་པོ་འགྲིག་པའི་དབྱུང་བཤད་  
 བ། སྤྱིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་དྲིང་དྲིང་གསུམ། མཐའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱུད་གིས་མི་  
 བསྒྲོད་ཅིང་། དབུས་རི་རྒྱལ་གཡོ་འགྲལ་མེད་བ་ཡིན། གཙོ་བོ་དབང་ཐང་  
 ཅན་གྱི་སྤྱི་རི་ཡིན། ཁྱི་ཐོགས་གསུམ་དེ་འདྲ་བར་བབས། བཅོན་དྲག་གཉིས་  
 གྱི་གཉའ་འཁོར་ཡིན། མཁྱོགས་དར་སྐད་མི་འཆད་རྡིའུ་ཡིན། ཡར་ལྗོང་  
 གསུམ་ཁྱི་སྤོང་ལྗོང་བཅོན་ཡིན། བདེ་དལ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། སྤྱུག་  
 བསྐལ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། ཁྱི་བུར་དག་སྤྱི་དཔའ་མཁར་ཆར། གལ་བར་  
 དཔའ་རྫོང་མི་འཕྱུག་ཅིང་། རྫོང་མི་ལ་མི་ཤོར་རྡིའུ་ཡིན། ཞལ་ཁད་པ་བས་  
 ལུ་སྤྱོ་མཁས། མི་རབས་སྤྱེ་འཕེལ་ཆེ་བ་ཡིན། བྱ་བུར་གནམ་གྱི་འཇུ་ཐག་  
 མི་ཆད་ཅིང་། སལ་ཡི་རྟེན་ལུར་མི་འཕྱུད་བཟང་། སྤྱོ་ཆོ་རྒྱལ་པོའི་ཟ་ཐང་  
 འཕེལ། རྟ་རིགས་འཕེལ་ཁེང་མི་རབས་དར། རང་སྤྱོན་མི་རབས་ནས་བས་  
 འཕེལ། མི་སྤྱོག་བྲག་བས་སྤྱོ་བ་ཡིན། རྡེ་སོགས་མདུད་བཟང་པལ་ཆེར་  
 བཟང་། ཡང་སྤྱིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་སད་ཁམས་སམ། ཡང་ན་འདོགས་  
 ཁམས་གསུམ་བབས་དང་། ཡང་ན་སངས་གྱི་བཟང་སྤེའམ། གང་ལྟར་

བཟང་གསུམ་འདྲ་བར་བབས། །བཅུ་གསུམ་ཏྲེ་ཆུང་ན་འབན་ན། །དབག་  
བསམ་ཤིང་ཕྱིར་ཁྱུང་སྒོར་འཐོར། །སྤིང་མིག་སྒོག་གསུམ་འདྲ་བའི། །གཞིར་  
བཞག་བཅུ་གསུམ་བབས་ལུགས་ལ། །མུང་མ་ལུང་ཟ་བབས་བ་ན། །ཤིང་  
ཕྱིར་འདྲེ་བྱ་སྤྱིག་ཆང་བཅས། །ན་འབན་རི་རབ་ཐོག་གིས་བཤིགས། །བྱ་  
རལ་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་ཆག། །སོ་ཡོན་དུང་སང་གཡུ་རལ་ཆད། །རྒྱུ་  
ངན་གངས་དཀར་ཉི་མས་ལྷ། །སོར་བྱ་བ་སེར་བརྟུང་བྱ་ཐོག། །མུང་བར་སྒོ་  
བརྒྱག་སྒྲིང་གི་སྤྱུ་མུར་ཆགས། །དུར་སྒྲ་གདོན་བས་དུར་བཅས་བྱ། །སང་  
ཁམས་སྒོ་བརྒྱག་རྒྱ་སྤྱིག་རི་མོ་ཡལ། །ནལ་དང་གོ་བྱ་བ་མོ་གདོན་གཞོད། །  
སྒོ་བར་སྒོ་བརྒྱག་གྱི་ལིང་དཔུང་བ་ཆག། །གསེར་བྱ་རྟེན་ཆད་དུར་བ་ཆོ་ཆད་  
ཐོགས། །སྒོ་བརྒྱགས་རིགས་ནི་གང་བབས་ཀྱང། །དགྲུང་ལ་བྱ་འཕུར་གཤོག་  
བ་ཆད། །འགག་འདྲེ་གཞོད་བས་གདོན་བཅས་བྱ། །ལི་ཡན་མཆོའ་ལ་རུས་  
སྤལ་སྒྲུལ། །དམེ་ཐོ་དང་ནི་གྱི་ཐོ་གདོན། །སྤྱིན་དིང་བརྒྱག་ཅན་རི་རབ་བརྟེན་  
གཞི་ཞིག། །ན་ལོང་ལྷགས་གསུམ་གྱི་ཐོ་གདོན། །ཏྲོང་རིགས་འཕན་པོའི་སྒོག་  
མཁར་ཞིག། །མཆོན་རིགས་གཞོད་བས་མཆོན་བསྐྱར་བྱ། །སངས་ངན་མཁར་  
ཕྱིར་བཅོན་ཐག་རྒྱུག། །རི་དྲགས་བཤོར་བས་མུང་དོགས་ཡོད། །བཅོན་རིགས་  
གཞོད་བས་བཅོན་བསྐྱར་བྱ། །མ་ཟེའོར་ལ་བཅོན་གྱི་ཤོད་མས་བཏབ། །སོལ་  
བྲག་གི་སྤིང་ས་ཐོན་འཐོར། །དུང་ཁྱུང་གདན་ས་སོལ་བྲས་འཕྲོག། །ཡུག་ས་  
དང་ནི་འགག་འདྲེ་གཞོད། །སྤྱིན་ཐོག་དང་ནི་སྒོ་བརྒྱག་ན། །རྩུ་འཕུལ་ཡེ་

ལུའི་བཞུགས་ཁྲི་ལ། །ངམ་བན་མཐུག་ལྷུ་མ་ཆང་བཅས་ཡིན། །སྒྲིག་མོའི་  
 ཟུར་ཟུད་ཆད་པ་ཡིན། །བྲག་ངན་པ་མཚུན་དུར་ལད་ཡོད། །གསེར་སྤུལ་ཆང་  
 ལ་ངམ་སྤུལ་ཞུགས། །དེ་སོགས་མཐུད་ངན་གང་བབས་ཀྱང་། །ཤིན་ཏུ་ངན་  
 པའི་གནད་གཅིག་ཡིན། །སྒྱ་ཞིབ་བཟང་སྟེ་དྲུངས་མ་བབས། །ཤིན་ཏུ་བཟང་  
 པའི་གནད་གཅིག་ཡིན། །བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྟེ་ཆེ་རིགས་བབས། །བཟང་  
 གསུམ་ལན་ཡིན་ཁྱོགས་པར་དགའ། །ངན་གསུམ་ལན་ཡིན་སྟབས་སྟེ་བཟང་།  
 ཡང་བ་ཁོག་གསུམ་དུ་འདྲ་གསུམ་བབས། །བརྒྱ་གསུམ་ངན་རིགས་གང་  
 བབས་ཀྱང་། །རྒྱ་མས་མ་ཆོར་ཡོང་རྩ་ཆད། །མི་ནོར་འཕེལ་ཁ་ཆད་པ་ཡིན། །  
 སྟོར་མིག་སྒོག་གསུམ་འདྲ་གསུམ་བབས། །བརྒྱ་གསུམ་སྒོ་བྲག་རྩོད་གསུམ་  
 སོགས། །ངན་པའི་མོ་མཐུད་གཅིག་བབས་ན། །སྤུལ་བས་མ་ཆོར་གཞུང་པ་  
 ཆད། །ཕོ་སྒྲེས་དཔའ་རྒྱོད་འཛོམས་ལ་ངན། །ཡང་གསུམ་དང་དུག་ལ་འདྲ་  
 གཉིས་བབས། །བརྒྱ་ལ་ངན་པ་གང་བབས་ཀྱང་། །གྲོད་བས་མ་ཆོར་མ་ཆོར་  
 རྩ་ཆད། །སྒྲེ་འཕེལ་སད་ཀྱིས་ཁྱེར་བ་ཡིན། །སྒྲི་ས་བཞི་རུ་འདྲ་བཞི་བབས། །  
 བརྒྱ་གསུམ་སྒོ་བྲག་རྩོད་གསུམ་ན། །བགས་བས་མ་ཆོར་གཞུང་རུས་བྱད། །  
 གྲུ་འབུམ་འདོན་ཞིང་གྲུ་བཅོས་བྱ། །མདོར་ན་འདྲ་ཞིང་འགྲིག་པ་འདི། །སྟོད་  
 སྟོད་བར་གསུམ་གང་བྱུང་བའི། །གནས་དང་བསྐྱེད་ལ་བདུན་དང་བརྒྱ་གཅིག་  
 དང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་གི་ལན་ལ་དབྱེད། །ཁྱད་པར་བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་དུ་  
 བརྒྱ། །རང་སར་བཟང་པོ་འདྲ་བ་འགྲིགས། །རྩི་མོ་ལད་ན་ཕུགས་སུ་ངན། །

ཅེ་མོ་བཟང་ན་ཚུག་གི་བཟང་ཆེན་ཡིན། ཉེ་ལས་སྒྲོལ་ཏེ་ཤེས་པར་བྱ། རྒྱས་  
པར་བརྗོད་དུ་ག་ལ་ལང་། ཅི་རིགས་གཞུང་གཞན་རྣམས་སུ་སྟོན། རྫོ་  
མཐོང་སྟོན་ལ་ཐུག་འཆའ་ནས། ཉེ་ཅུ་བའི་གསུམ་པ་ནི། ཉེ་མིགས་བསལ་  
གནས་སྐབས་སོ་སོ་ཡི། ལེགས་ཉེས་བརྟག་པར་བྱ་བ་ལ། གཞི་བྱ་སྟོག་བྱ་  
སྟོ་བྱ་དང་། རྟོན་བྱ་ལོར་བྱ་མཆོར་བྱ་དང་། མཁོན་བྱ་དག་བྱ་ནད་བྱ་དང་།  
གདོན་བྱ་དུར་བྱ་པོར་སྟོར་བྱ། སྤྱིད་བྱ་རྒྱས་བྱ་ཆོས་བྱ་སྟེ། སྤེ་ཆོན་བཙུ་ལྷའི་  
གངས་གྱིས་བཤད། ཉེད་པོ་གཞི་བྱ་བརྟག་པ་ལ། སྤྱི་དང་བྱེ་བྱག་ཁོག་དབྱེད་  
གསུམ། ཉེད་པོ་ལོ་མལ་ས་མལ་དང་། སྤྱིས་རི་ལ་སོགས་གནས་རྣམས་སུ།  
བབས་དང་ལན་གྱི་དབྱེད་པ་དང་། བྲལ་དང་ཚུག་གི་ལེགས་ཉེས་དང་།  
དག་གྱོད་ནད་གདོན་འོང་མི་འོང་། ཉེད་སྤྱིད་དར་ཆེ་ཆུང་རྣམས། ཁོང་  
བཤད་རྣམས་ལས་ཅི་རིགས་ཤེས། ཉེད་དལ་གཞི་ཡི་མོ་ལ་ནི། ཉེ་ཅང་ལས་  
དག་མང་བ་དང་། བྲག་དང་རྫོང་སོགས་ངན་རིགས་མེད། ཉེ་ཅན་སར་རྩེ་  
རེ་ཅམ་བབས། ཉེ་ཆེད་ཆེད་བརྟན་ན་དག་བཡིན། གཅིག་འདི་བྱ་པོའི་སྤྱིས་  
རི་ཡིན། གཉིས་པ་བྱ་མོ་གསུམ་ཆུང་གསུམ། ཉེ་ཆེ་འདི་མནའ་མའི་སྤྱིས་  
རི་ལ། ཉེ་ནི་བྱ་སྤྱིང་མག་པའི་ས། ཉེ་གཉིས་མོ་བཙུན་དར་མ་སྟེ། ཉེ་དུན་  
འདི་མ་སྤྱན་བརྒྱད་གཟའ་དཔོན། ཉེ་གཉིས་ཆེད་པོ་ལེའུ་དང་། ཉེ་ཅན་མ་སྤྱི་  
བཙུ་གཅིག་དག་སྤྱིའི་ས། ཉེ་ཅན་ཉེས་ངམ་ལ་བཙུ་གསུམ་ནི། ཉེ་ཅན་གྱི་  
སྤྱིས་རིར་བཤད་བཡིན། གཅིག་གི་སྤྱིས་སད་ཡེ་རྩམ་དེ། ཉེ་ཆེ་འདི་ཆེད་ས་

པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །གཅིག་གི་སྤྲོད་གི་སྦྱར་ལེབ་དེ། །རི་ལྷར་སེལ་གནམ་བཟུང་  
 གྲང་། །བྲ་ཏྲ་དཀར་མོས་རང་ཡུལ་བསྐྱུང་། །ཡུལ་མི་འཆོར་པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །  
 གཉིས་ཀྱི་སྤྲོད་གི་སྦྱར་བྱར་དེ། །དག་ཡི་ཟམ་པ་རྟེན་དུ་ཆག །དག་དང་ཟུན་  
 དུ་སོ་སོར་བྱེ། །དག་མི་འོང་བ་ཡི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །གསུམ་གྱི་རེ་སེ་གྲུ་ཞེ་དེ། །རྒྱུང་  
 གསུམ་རྒྱུང་མཐིལ་སེལ་བཅུགས། །རྒྱུང་གསུམ་འཆོར་པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །བཞི་  
 ཡི་སྦྱོར་འདིར་གསུ་ཐོག་དེ། །སྒྲ་སྒྲུད་མི་ལ་མི་རེའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །ལྷ་ཡི་སྤྲོད་གི་  
 སྦྱར་ལེབ་དེ། །བྲ་སྤྲོད་མི་བསྐྱུང་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །དུག་གི་གལ་བར་ཐོད་དཀར་དེ། །  
 བྲིམ་བདག་མོ་ནི་ལྷ་སྐྱུང་དང་། །མི་འབྲལ་བ་ཡི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །བདུན་གྱི་སྦྱོར་  
 མདངས་བྱེད། །འོག་ཏྲ་ཆང་པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །བརྒྱད་གྱི་མཆོ་ལྷ་རྒྱལ་དེ། །  
 མོ་ལྷའི་གནས་མལ་བརྟེན་པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །དག་ཡི་སངས་རྒྱུ་རྒྱུང་དེ། །  
 ལེའུ་ལྷ་དང་བསྐྱེད་པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །བརྒྱུ་ཡི་ལི་ཤོ་དམར་མོ་དེ། །མཚུན་སྦྱོར་  
 དང་ཐུད་པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །བརྒྱུ་གཅིག་རྒྱུང་སྤྲོད་ལྷེ་བྱར་དེ། །པ་མཚུན་དག་  
 སྤྲོད་བསྐྱེད་པའི་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །བརྒྱུ་གཉིས་སྤྲོད་གི་དེང་དེང་དེ། །གཤེན་རབ་  
 རྒྱལ་རྒྱལ་དུར་སྦྱོར་བཅད། །དུར་སྦྱོར་མི་བྱེད་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །བརྒྱུ་གསུམ་དཔྱད་ག་  
 གལས་བརྒྱལ་དེ། །ཤིང་འབྲས་རི་རབ་ཆེ་ལ་སྦྱོར། །དེ་རྒྱལ་རྒྱལ་ཁང་བཟང་  
 དུང་དུ་སྦྱོབས། །མཆོར་ས་དུ་བམི་འཆད་རྩེ་ལྷོ་ཡིན། །ཡང་ཆང་བསྤྲོད་གི་  
 སྦྱོར་དེང་དེ། །གསེར་སྤལ་སེར་ལོས་སེལ་གཞི་བསྐྱུང་། །གཉིས་ཀྱི་བྱ་རལ་ལུན་  
 ལུས་དེ། །བྲིམ་ཆང་མས་སྦྱོར་བསྐྱུང་། །གསུམ་གྱི་སྤྲོད་གི་སྦྱར་དཀར་དེ། །

ཅ་དཀར་དྲངས་མས་ཚུ་མིག་བསྐྱུང་། །བཞི་ཡི་བྱ་བྱར་གསེར་ཐིག་ན། །དྲང་  
 རོ་ཨ་གྲགས་རྒྱུ་མཆོ་བསྐྱུང་། །ལྷ་ཡི་སྟེང་གི་རྒྱུ་མ་སྟོན་ན། །བུ་སྤོང་མག་བས་  
 དག་སྟོན་བསྐྱུང་། །དྲུག་གི་སྟེང་འུར་ར་བརྒྱག་ན། །གསེར་ཉ་སེར་བོས་གཙང་  
 ཆབ་བསྐྱུང་། །བདུན་གྱི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །རྒྱ་སྟག་དམར་བོས་ནགས་ཆལ་  
 བསྐྱུང་། །བརྒྱད་གྱི་སྟེང་དུག་ལ་བར་ན། །བན་སྐྱང་སྐྱུག་བོས་རི་རབ་བསྐྱུང་། །  
 དགུ་ཡི་མ་རྒྱུད་བྱོད་ལུང་དེ། །ལྷོག་རྒྱུད་ཁམས་ལྷ་ས་མཐའ་བསྐྱུང་། །བརྒྱ་  
 ཡི་རྩེ་ཐེ་ཁ་ལད་དེ། །གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོས་ནམ་མཐའ་བསྐྱུང་། །བརྒྱ་གཅིག་  
 ཀླར་སྐྱར་དྲུང་སྟེང་དེ། །སེང་གོ་དཀར་མོས་གངས་དཀར་བསྐྱུང་། །བརྒྱ་གཉིས་  
 སྟེང་གི་སུམ་སྟེང་དེ། །རམ་ག་བཟང་བོས་དྲུང་སྟོན་བསྐྱུང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་  
 གི་ཁྱུང་བརྒྱུད་ན། །དཔག་བསམ་ཅེ་མོ་ཁྱུང་གིས་བསྐྱུང་། །དེ་ནི་མོ་ལྷ་བརྒྱ་  
 གསུམ་བཤད། །ཁང་བབ་སྟེང་གི་སྟེན་དེར་ན། །མང་རྟེན་མི་རལ་མཁར་གྱི་  
 ལྷ། །ས་ཆ་ལུལ་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །གཉིས་གྱི་སྟེང་དུ་སུམ་སྟེང་ན། །ས་སྟོན་མ་  
 རྩེས་སྤོང་གྱི་ལྷ། །གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་རང་སྟོན་ན། །རྒྱུད་གསུམ་ཆང་བ་བྱིས་  
 བའི་ལྷ། །བཞི་ཡི་གལ་བར་ཐོད་དཀར་དེ། །དགོར་མཛོད་མི་སྟོང་ནོར་གྱི་ལྷ། །  
 ལྷ་ཡི་རྒྱུ་མ་སམ་སྟེང་སྟོན་བརྒྱག་ །དག་སྟོན་མི་ཐོག་ཟུན་གྱི་ལྷ། །དྲུག་གི་ཁྱེ་བ་  
 དེ་ལོག་དེ། །མི་རབས་མི་ཆད་ལས་གྱི་ལྷ། །བདུན་གྱི་ལྷ་བྱར་འུ་སྟོན་དེ། །ནོ་  
 མཆོན་མི་ཆག་རྟེན་གྱི་ལྷ། །བརྒྱད་གྱི་ཆོལ་ཆོལ་བརྒྱག་དེ། །ལྷོག་སྟེང་མི་སྟོང་  
 རོག་བའི་ལྷ། །དགུ་ཡི་སངས་སྟེང་སྟེང་དེ། །སྤྱང་མ་མ་འཁུག་ལེ་གུའི་ལྷ། །

2 2 9

ཚོག་དམར་དེ། བཅོམ་གྱི་རྒྱ་པ་རྒྱག་དོ་ཡིན། བརྩམ་གྱིས་དིང་དིང་ལྷགས་  
 བྱ་དེ། རམ་རྩེ་གོ་ཐོག་ཆས་པ་ཡིན། དེ་སོགས་ཕྱི་སའི་ལས་དྲག་ན། ཕྱི་  
 འཛིགས་དྲག་དང་གྱོད་སོགས་དོ། ལམ་རྒྱ་རིགས་མོ་ཡི་པ་ཆེན་ཡིན། འག་  
 རིགས་མོ་ཡི་སྒྲིགས་མ་ཡིན། དམར་རིགས་མོ་ཡི་མཐའ་མིག་ཡིན། བདྲགས་  
 པ་མོ་ཡི་ཡལ་ག་ཡིན། སྒྲུམ་སྒྲོན་མོ་ཡི་འཕེལ་ཆུ་ཡིན། བརྒྱག་ཁ་མོ་ཡི་  
 གསེར་རྩི་ཡིན། སུད་ཁམ་མོ་ཡི་ཁ་འོད་ཡིན། སངས་ཁམས་མོ་ཡི་བྱ་བ་  
 ཡིན། བགྱིས་དམར་མོ་ཡི་བདུད་གཅོད་ཡིན། ཁྲོད་ཁམས་མོ་ཡི་གསུང་སྟོ་  
 ཡིན། གྱེ་བ་མི་ཡི་འཕེལ་གྱིང་སོགས། ཁོད་དུ་བསྟན་པ་བཞེན་ཤེས་ལ། བཟང་རན་བྱེ་བྲག་རྟོགས་བྱས་ནས། རང་ས་ཕྱི་སར་བབས་ཆུལ་ལ། དབྱུང་  
 བས་འཇམ་རྩུབ་ཤེས་པར་བྱ། གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་བརྟག་པ་ལ། བན་བོན་  
 རྣམས་པའི་མོ་འདེབས་ན། སུར་སུར་བྱུབ་སྒྲུབ་ལྟ་དགོས། བྱ་སུར་གསེར་  
 ཐིག་གསེར་སུར་དགོས། བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་སེར་མིང་སུར་པ་དགོས། ཁྲོད་  
 སུར་ལྷགས་གྱི་སུར་པ་དགོས། ལྷི་སུར་བརྒྱག་ཅན་ཤེས་སུར་དགོས། དིང་  
 དིང་མི་འགྱུར་སུར་པ་དགོས། རྟཱའི་རྒྱུ་མཆོ་སེ་སྟོད་དགོས། སྒྲུན་གྱི་ཞལ་  
 སུམ་ཆོལ་ཆོལ་བརྒྱག་དགོས། རྩེ་ས་གྱི་སྒྱུབ་པ་དཀར་ཐོག་སྒྲུན་གསུམ་དགོས།  
 ཟུམ་འབྱེད་པའི་སྒྲོན་སྒྲུམ་དགོས། དེ་ནི་དོག་ཆང་ཁྲོམ་ཡིན། སྒྲུག་ཆ་འབྱུལ་  
 གྱི་སྟེ་ཆེན་དགོས། དེ་ནི་སད་ཁམས་བརྒྱག་བཟང་ཡིན། བབས་ས་དགྲུ་  
 དང་བརྩམ་གཅིག་བརྩམ་གསུམ་ཡིན། བབས་ན་རྣམས་པའི་སྒྲུ་གནས་དར། །



བན་དེ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །གསེར་བྱ་གསེར་ཐིག་སྟོན་པ་ཤྱག་ཐུབ་  
 ཡིན། །ལ་བར་གྱི་ཐོག་ས་མགོན་པོ་ལེགས་ལྷན་དགོས། །དིང་དིང་དུལ་དཀར་  
 ཡང་དག་སངས་རྒྱས་དགོས། །སྤྱིགས་བཅའ་ཁྲི་ཐོག་དང་ནི་གལ་བར་དགོས། །  
 སྟོང་རི་ཐུད་དཀར་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགོ་དགོས། །གསེར་བྱར་བསྒྲིལ་ཁ་འཛིན་  
 ལྷ་ཆེན་དགོས། །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་རྒྱལ་ལུ་དགོ་དོན་དགོས། །བྱ་ཐུར་བརྒྱག་  
 ཅན་གཙུག་རིན་ཆེན་དགོས། །སོ་ཡོན་ལིང་ཀྱན་བཀྲ་ཤིས་དྲིལ་ལུ་དགོས། །  
 བྱ་ཐུར་བརྒྱག་ཅན་རིན་ཆེན་དོ་རྩེ་དགོས། །འདི་རྣམས་བབས་ས་བརྒྱད་ལ་  
 གཅེས། །གཞན་ཡང་བ་ཅ་ལ་རུམ་སོགས། །དམིགས་བསལ་བཟང་པོ་རི་  
 རིགས་བཟང་། །ཁོན་པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །ཡར་ལྷིང་སྐྱེར་བརྒྱག་  
 སྤང་བ་འོད་ལྷན་དགོས། །སང་ར་གྱེར་རྒྱུད་གཤེན་ལྷ་འོད་དཀར་དགོས། །  
 དིང་དིང་བྱ་ཤིང་ཐུ་ཆོ་ལྷེ་ཐུག་དགོས། །རྒྱུ་སྤར་གཡས་སུ་ཡེ་གཤེན་དབང་  
 རྩོགས་དགོས། །བྱ་རུ་ཐུང་རུ་གལ་བར་ཁ་སྒྲོད་དགོས། །དམུ་དབལ་གཤེན་  
 གྱི་ཁ་འཛིན་དགོས། །དེ་རྣམས་བབས་ས་དགུ་ལ་གཅེས། །སྐྱེས་པ་ཕོ་ཡི་མོ་  
 འདེབས་ན། །ཁོ་དཔལ་མདའ་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །དག་སྒྲ་མདའ་མོ་སང་  
 སང་དགོས། །སྒྲ་ནི་རྩྱང་གི་དམུ་རྒྱ་བྲང་བྲང་ཡིན། །ཁོ་ལྷ་དུང་ཐུང་དཀར་པོ་  
 དགོས། །སྒྲ་ནི་བག་ཆོ་ཁྲ་ཀན་ཡིན། །དག་སྒྲ་གཡུ་འཕུག་སྟོན་མོ་དགོས། །  
 སྒྲ་ནི་ཡར་ལྷིང་སྐྱེར་བརྒྱག་ཡིན། །ཁོ་ལྷ་དུང་ཁྲ་དཀར་པོ་དགོས། །སྐྱེས་པ་  
 དར་མའི་མོ་འདེབས་ན། །གལ་བར་སྐྱེས་ཀྱི་རྩེ་དུད་དགོས། །ཨ་ཁད་སྐྱེས་ཀྱི་

ཁ་པོ་དགོས། །དུ་དག་སྒྲིམ་གྱི་སྤང་མདའ་དགོས། །གཡས་ན་སྒྲག་དོང་བྱ་  
 བོ་དགོས། །དེ་ནི་སྤང་བྱ་ཡིན་པར་བཤད། །སྒྲག་དོང་ནང་ན་མདའ་མོ་དགོས། །  
 དེ་ནི་གསེར་བྱ་ཡིན་པར་བཤད། །གཡོན་ན་གཞིག་ཤུབས་རི་བཀྲ་དགོས། །  
 དེ་ནི་ལྗེ་བྱ་ཡིན་པར་བཤད། །དེ་ལ་གཞུ་མོ་རང་གྲུབ་དགོས། །དེ་ནི་སྒྲུ་  
 མཉམ་ཡིན་པར་བཤད། །བྱག་ན་མདུང་མོ་རང་འདེབས་དགོས། །སྤྱི་ནི་མ་  
 ཆོ་སྤེ་བཞི་ཡིན། །དབུ་ལ་བྱ་བྱར་གསེར་མོག་དགོས། །དེ་ལ་ལྗེ་མ་འབྲུ་བག་  
 རྒྱུང་བལ་བལ་དགོས། །ཁྲི་ཐོག་འབུམ་དབྱུག་ཞོན་ཐུབ་དགོས། །བསེ་ཐུབ་  
 གལ་བར་ཐུབ་བརྒྱག་དགོས། །རལ་གྱི་སྒྲུ་མ་བྲག་ལྗེ་བྱར་དགོས། །ཡ་ཆ་ཅེ་  
 ར་དཀར་ཐུན་དགོས། །ལྗེ་བྱར་བཤན་གྱི་ཡུ་དཀར་དགོས། །འོག་དྲ་སྤྱོ་ཆོ་  
 གཙང་མ་དགོས། །དེ་བབས་ས་གསུམ་དང་བདུན་ལ་གཙུག་ལ་གཙུག་ལ་  
 བར་དཔའ་མདུང་སྒྲུ་བཙུགས་སོགས། །ལ་ཆོའི་བཟང་སྤེ་ཐམས་ཅད་  
 དགོས། །གྱི་འཛིན་ཤང་ཅེ་རུ་དཀར་སོགས། །རང་རང་སོ་སོའི་སྤྱ་མདུད་དེ། །  
 ལོ་མལ་བཙན་སར་བབས་ན་བཟང་། །ཟ་མ་མོ་ཡི་མོ་འདེབས་ན། །མ་ལྷ་  
 གསེར་འཕང་སེར་མོ་དགོས། །སྤྱི་ནི་ཐང་ལེ་འོད་དཀར་ཡིན། །དེ་བཟ་མ་མོ་  
 ཡི་གཡུ་ཐེར་ཡིན། །གསེར་གྱི་པ་བོང་སེར་བོ་དགོས། །སྒྲུ་མ་དཀར་བ་མེན་  
 རྒྱ་ཤེལ་ཡིན། །མོ་བཙུན་དར་མའི་མོ་འདེབས་ན། །སྒྲུ་མ་མོ་ལོང་ཅན་ལ་བཙུང་  
 གསུམ་དགོས། །ལྷ་ལྷུ་མ་ལྷུ་ལྷུ་མ་སྒྲུ་ལྷུ་མ་སྤྱི། །བག་བྱ་གསེར་བྱ་ཅེ་མེད་  
 ལི་ཤོ་ཡིན། །མེ་ལོང་སྤྱ་ལ་རྒྱ་ལོང་དགོས། །སྤྱི་ནི་བྱ་ཡུན་བརྒྱག་ཅན་ཡིན། །

བག་ཚོ་ལྟ་སྒྲོན་ལྡེམ་བུ་དགོས། །མ་སྒྲུམ་བུ་བརྒྱག་ལྟ་ཟ་ལྡེམ་བུ་དགོས། །  
 ཚོལ་ཚེ་བུ་བརྒྱག་གཡའ་འབྲི་སི་ལི་དགོས། །སྒྲུམ་དཀར་བུ་བརྒྱག་གསེར་  
 བཅུན་འཕུལ་མ་དགོས། །སྒྲུམ་ཁ་ན་ཆུང་ལྟ་ལྟ་མ་དཀར་མོ་དགོས། །ད་རོག་  
 མཚོ་རྒྱལ་སྒྱེད་ཟ་ལྡེམ་བུ་དགོས། །སྒྱེར་ལུན་དག་ལྟ་ལྟ་མོ་དགོས། །དེ་  
 རྒྱལ་སུ་མོ་བཅུན་རྒྱུ་ཡིན། །བབས་ས་བཞིག་གསུམ་ལ་གཅེས། །ཡང་སྒྲོན་  
 གྱི་མོ་རྫོང་སྒྲ་དགྲ་ནི། །བག་ཚོ་གོ་བྱ་དཀར་པོ་དང་། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་སྒྱེད་གྱི་  
 སྤྱིང་དཀར་དང་། །རང་སྒྲོན་སྒྲིག་མོའི་གཡུ་ལུང་དང་། །སྒོ་བར་བུ་བརྒྱག་སྒྲ་  
 ཟླ་བའོ་དང་། །ཁྱུང་བརྒྱུད་སྒྲིག་ཐོག་གཡུ་ཆེན་འོད་འབར་དང་། །བྱ་བར་  
 གསེར་ཐིག་གསེར་རྒྱན་དང་། །

གཉིས་མ་རྟེན། །སྒྲིག་ཐོག་སེ་སྟོད་མཚོང་དམར་བུར་བརྒྱད་དང་། །ཡང་བག་  
 བྱ་བུ་བརྒྱག་མགོ་ཡི་དར་འཕུ་དང་། །བག་ཚོ་བུ་བརྒྱག་ལུས་ལ་ཟ་འོག་དགོས། །  
 བག་ལྡི་ཤད་ཤད་རྒྱུང་ལ་སྐག་ཏིའི་ལྟ་མ། །དལ་དཀར་གྱུར་ཁྱིམ་རི་པོ་སྟོང་  
 ཤོང་དང་། །དིང་དིང་སྒྱིན་དིང་སྒྲོན་གྱི་བྱང་ཁེ་བརྒྱན། །བྱ་རལ་མ་ཁ་བྱ་ཁ་  
 བེ། །རིན་ཆེན་པར་བྱ་ཁ་སྒྲོད་དང་། །ལུས་བྱ་ལུན་ལྷག་ཆགསེར་ལིང་བཅས། །  
 བཞིག་གསུམ་བབས་མོ་ལྟར་བཟང་། །བུ་ཚ་ཆུང་གསུམ་མོ་འདེབས་ན། །  
 བྱ་བར་གྲུ་བུ་རིན་ཆེན་དང་། །སྒྲུམ་བྲག་དུང་གྲིང་དཀར་པོ་དང་། །བག་ཚོ་  
 མ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་དང་། །ཡང་ན་རྫོག་མོ་བྱ་བར་ཡིན། །བྱོད་ལུར་མ་ཐིང་གི་རྟེན་  
 ཆུང་དང་། །དལ་དག་ཡོངས་འདུས་ས་བརྟོལ་དང་། །སྒྲུམ་དུངས་མ་བུ་ཆའི་

རྒྱུ་དང་། ཆོལ་ཆེ་སུ་བརྒྱལ་དུང་གི་ལུ་གུ་སོགས། གཅིག་དང་གསུམ་ལ་  
 བབས་ན་བཟང་། སུ་མོ་རྒྱུང་གསུམ་མོ་འདེབས་ན། ཁ་རྒྱུང་དབུལ་བའི་སྤྱད་  
 སུ་དགོས། སྤྱོ་འི་རིང་སྟན་དཀར་མོ་ཡིན། ཆོལ་ཆེ་སུ་བརྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་གཡུ་  
 སྤྱད་དང་། བག་ཆོ་སུ་བརྒྱལ་ན་རྒྱུང་རལ་ཀ་སོགས། གཅིག་དང་གསུམ་  
 ལ་བབས་ན་གཅིས། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་སུའི་མོ་འདེབས་ན། གྱེ་བ་རྒྱལ་པོའི་  
 གཤུང་རྒྱུད་དགོས། གཡུང་དུང་རྒྱལ་པོའི་ལ་ཐོད་དགོས། ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་  
 པོའི་མོ་འདེབས་ན། ཡར་དིང་རི་རབ་སྒྲིག་ཤིང་དགོས། ཅེ་ར་མགར་གྱི་  
 རྒྱལ་པོ་དགོས། སྤྱིན་དིང་ཡེ་མཁྱེན་རྒྱལ་པོ་དགོས། གལ་བར་ལུ་ཡི་རྒྱལ་  
 པོ་དགོས། བག་ཆོ་བརྒྱལ་ཅན་མི་ཡི་རྒྱལ་པོ་དགོས། དཀར་ཐོག་ལྷ་ཡི་  
 རྒྱལ་པོ་དགོས། རྒྱུང་སྤྱར་ཡུལ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དགོས། རུ་སོད་ཁ་ལེ་བདུད་  
 ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགོས། རྒྱུང་བརྒྱུད་གཉེན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དགོས། བྱ་ཡུན་སྤྱུ་ཡི་རྒྱལ་  
 པོ་དགོས། རྩ་ཆོ་མོ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དགོས། རྒྱལ་པོའི་གཤུང་བརྒྱུད་བཅུ་གསུམ་  
 དགོས། དེ་འི་སང་གྱི་བཟང་སྟེ་ཡིན། རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་ལ་ཐོད་དགོས། དེ་འི་  
 དཀར་ཐོག་ཆེན་མོ་ཡིན། ཆོལ་ཆེ་རྒྱལ་གྱི་ལེབ་སྤྱིང་དགོས། བྱ་རལ་རིན་  
 ཆེན་སྤྱུ་ཡི་བེར་ཆེན་དགོས། རྩ་ས་སྤྱོད་དཀར་དབུང་བ་དགོས། འདི་རྩ་མས་  
 བརྒྱལ་བཟང་བུང་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་མོ་ཡི་རྒྱལ་པོའི་རིགས། བཅུ་གཅིག་  
 བཅུ་གསུམ་བབས་ན་གཅིས། སྤྱོན་པོ་སྤྱོན་རྒྱུད་མོ་འདེབས་ན། དཔྱད་བལ་  
 ལྷ་སྤྱོན་རྒྱུ་འབུལ་དགོས། དེ་རིག་གསེར་གྱི་བང་བ་དགོས། རྒྱུང་སྤྱར་དཔྱ

ཡི་ཡིག་ཚང་དགོས། །དེ་སོགས་ཆེ་རིགས་མཁས་གསལ་རིགས། །བདུན་  
 དང་བརྒྱད་ལ་བབས་ན་གཅིས། །པ་དཔའ་བྱ་དཔའ་མོ་འདེབས་ན། །པ་ཚོ་  
 ལྷག་མེད་དུག་མདོ་དགོས། །པ་ལྷག་བྱ་ལྷག་མོ་འདེབས་ན། །ད་རིག་ལྷག་གི་  
 རྩེད་དགོས། །པ་བཟང་བྱ་བཟང་མོ་འདེབས་ན། །ཀྱེ་བ་བཟང་པོའི་ཁ་འཛིན་  
 དགོས། །པ་སྒྲོམ་བྱ་སྒྲོམ་མོ་འདེབས་ན། །སྒྲོམ་བྱེད་པ་ལྷང་ཡེ་ཟེད་དགོས། །  
 དེ་ནི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །མི་བཙན་དུག་ཅན་གྱི་མོ་འདེབས་ན། །ཡར་ལྷང་  
 དཔའ་བོ་སྒྲག་འཕྱ་དགོས། །གཞན་ཡང་སངས་ལ་སོགས་པ། །དག་སྒྲ་  
 དུག་ཅུལ་ཅན་རྣམས་བཟང་། །མཛངས་པ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །དགོ་  
 ཚངས་འཕུལ་གྱི་ཡི་གེ་དགོས། །སྒོ་གོས་གསལ་བྱེད་སྒྲེ་བཞི་དགོས། །འཕན་  
 པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །དིང་དིང་རི་བོ་ཆུ་མིག་དགོས། །ཡར་ལྷང་དཔའ་  
 པོ་ཆུ་བཞི་དགོས། །ལྷང་པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །ནགས་ཀྱི་སྒྲག་བྱ་ཐང་  
 གཅིག་དགོས། །པ་ལྷང་བྱ་ལྷང་མོ་འདེབས་ན། །ཁྱི་བྱར་ལྷང་བྱ་ཉག་གཅིག་  
 དགོས། །དལ་དག་ལྷང་གི་སྒོག་གིང་དགོས། །པ་གཅིག་བྱ་གཅིག་མོ་འདེབས་  
 བ། །ཐང་གིར་གྲིབ་ལ་གཡའ་སྤང་དགོས། །སྒོ་ཆེའི་ལན་དུ་བྱེད་ལྱར་ཡིན། །  
 ལྷང་མ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །སྤར་མའི་བྱོས་རི་མར་ལྷང་དགོས། །གཞན་  
 ཡང་བྱེད་ལྱར་སྤར་མ་སོགས། །སྤར་མའི་སྒྲ་རི་ཐམས་ཅད་བཟང་། །དབུལ་  
 པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །དབུལ་པོ་བང་བ་ལག་ཅེད་དགོས། །དེ་ནི་རེ་  
 སེ་ཀྱུ་ཞེ་ཡིན། །ལྷག་པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །བག་ཚོ་ལྷག་པོ་སྤྲན་གསུམ་

དགོས། རྟོན་གྱི་དྲུངས་མ་གཤམ་སྟོན་དེ། ལྷག་པོའི་ཆོ་ཡི་རྩེ་ལྷིན། མཆོའི་  
 རྟོན་གྱི་མོ་འདེབས་ན། མཆོའི་རྟོན་གཉིས་རྩེ་ལྷིན་དགོས། ལྷ་ནི་མུ་ས་གཡང་  
 ར་ཡིན། མ་ལུ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། རྟོན་རྟོན་མ་ལུ་ཁ་འཛིན་དགོས།  
 དེ་རྣམས་རང་སར་བབས་པ་གཅིས། རྟོན་པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། བཅུ་  
 གསུམ་རྟོན་དཀར་མདུང་འཛིན་དགོས། མི་གཟན་ཆོ་ལ་རྣམས་གྱི་མོ་འདེབས་  
 ན། རྟོན་མཉམ་དེ་རྟོན་སྟོན་མོ་དགོས། བོ་ལྷ་དུང་ལུང་དཀར་མོ་དགོས།  
 སད་གྱི་བག་ཆོ་བྲ་ཆེན་ཡིན། དག་སྐྱ་གཤམ་བྲ་གཟན་ཆོ་ལ་དགོས། ལྷ་ནི་  
 བག་ཆོ་བྲ་ཆུང་ཡིན། ལུ་པ་མཁན་སེར་མ་སྟོན་གཤམ་དགོས། འཐབ་རྟོན་རྟོན་  
 ལུང་གཅིག་དགོས། རྟོན་དཔལ་གྱི་མོ་ལང་དགོས། ལྷ་ནི་རྟོན་དེར་མཁར་  
 མིག་ཡིན། གཡས་ན་ལུ་གས་གྱི་དེ་ལ་གད་དགོས། དེ་རྣམས་བཅུ་གཅིག་  
 བབས་ན་བཟང་། བཟང་དང་སྐྱ་བའི་མོ་འདེབས་ན། རྟོན་བཟུག་གངས་མཐའ་  
 འཁོར་བ་དགོས། ལྷ་ཁད་དང་ནི་བྱོད་ལུང་ཡིན། བག་ལྷི་ཙོ་རར་ལུན་འཐག་  
 དགོས། ལྷི་ཡན་སྟོན་ལྷི་སྟོན་བཤལ་དགོས། དེ་གཉིས་བཅུ་གཅིག་སྟེང་དུ་  
 གཅིས། བཟོ་བོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། རྟོན་ཟེ་གཤམ་པོ་ལྷ་དགོས། བཟོ་  
 གྱིད་གྱི་བོ་རར་ལུན་དགོས། དེ་སྟོན་ལྷི་ལུང་བྱོད་ལུང་ཡིན། བཟོ་ཁབ་དཔལ་  
 སྟོན་པོ་དགོས། དེ་ལྷི་ལུང་དང་ནི་བྱོད་ལུང་ཡིན། རྟོན་ཆོ་བཟོ་བོའི་ཁ་འཛིན་  
 དགོས། ཡར་དེང་བཟོ་བོའི་དག་སྐྱ་དགོས། རྟོན་བྱ་བཟོ་བོའི་རྩེ་ལྷིན་དགོས།  
 མཁར་བ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། རྟོན་ར་མཁར་གྱི་དག་སྐྱ་དགོས། ལུ་ས་

མགར་བའི་ཁ་འཛིན་དགོས། །སོ་ཡོན་མགར་ལྟ་ནག་པོ་དགོས། །བྱ་ཡུན་  
 མགར་གྱི་ཐོ་བ་དགོས། །སྒྲིབ་དིང་མགར་གྱི་འོག་ཏོ་དགོས། །དཀར་ཐོག་  
 མགར་གྱི་ཆ་ལ་དགོས། །དེ་ཆ་མས་ལྟ་དང་བཅུ་ལ་གཅིས། །དམེ་ཅན་གཅིག་  
 གི་མོ་འདེབས་ན། །དཀར་ཐོག་དམེ་ལག་གཅིང་བ་ཡིན། །སྤྱིང་དཀར་སྤྱིང་  
 བའི་གྲོལ་ལུག་དགོས། །བ་དཀར་གྲུང་དཀར་བཅུ་གསུམ་ཡིན། །དེ་དང་པོ་  
 སྒྲོན་མི་དབུ་ནག་ཆང་། །བར་དུ་སྒྲིབ་ལ་ཆན་ཆུན་ཆང་། །ཐ་མ་རྒྱལ་བུ་མཐིང་  
 གོ་ཆང་། །ཡན་ཟན་ལུག་གི་མོ་འདེབས་ན། །དུ་དབལ་གསེར་མཚོ་སེར་པོ་  
 དགོས། །ལི་ཡན་རིགས་ལུག་གི་རྒྱལ་པོ་དགོས། །དེ་དག་བཅུ་གཅིག་བབས་  
 ན་བཟང་། །ལུག་འབྲུག་གཅིག་འབྲུག་བྱ་རེད་པོ་ཡིན། །གཞན་ཡང་རྟོན་པ་ལུག་  
 སོགས་ཀྱི། །རྫི་འུ་རང་རང་སྐབས་སུ་བཤད། །ཁོང་གསལ་དེ་དག་མདོར་  
 བསྟུས་ཏེ། །རྒྱས་པར་མདུད་རྫོང་སྐབས་དང་ནི། །སྤྱི་ཡི་སྤྱེ་ཆན་ལས་བཤད་  
 ཏོ། །གཞན་ཡང་རྒྱས་པར་བྲེ་བ་ན། །དམིགས་བསལ་རེ་རེ་དོན་ལ་ཡང་། །  
 ཁ་འཛིན་རྫི་བྱ་གོད་བྱེད་སོགས། །ཤིན་ཏུ་རབ་མང་དབྱེར་ཡོད་པ། །མོ་  
 གཞུང་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱ། །ཡང་སོ་སོའི་ངན་པའི་རིགས་བཤད་ན། །  
 རྒྱལ་པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །ལུ་རི་རྒྱལ་ཅེ་ནས་མ་ཉིལ་དགོས། །བཅུ་  
 གཅིག་བྲག་དང་སེ་རྩྭ་དུ་ན། །རི་རྒྱལ་ཅེ་ནས་ཉིལ་བ་ཡིན། །ཡང་རྒྱལ་ས་  
 འབངས་ཀྱིས་འཕྲོག་པ་དེ། །གཅིག་ལ་གཡུང་དུང་བཅུ་གསུམ་རྩྭ་ངན་ཡིན། །  
 ལུག་པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །རྩྭ་པོ་མཐའ་ནས་ཟག་ན་ངན། །བཞི་ལ་

མ་ཟེ་བབས་ན་ཡིན། །འཕན་པོ་གཅིག་གི་མོ་འདེབས་ན། །སྐར་ཕྱན་རྒྱུང་  
གིས་གཏོར་ན་ངན། །བརྩ་ཡི་ཐུ་ས་བརྩ་གཅིག་ལི་ཡན་ཡིན། །རྒྱུང་པོ་མི་མཁའ་  
ཐུར་དུ་འདྲི་ལ་ན་ངན། །སེ་སྟོང་ལན་དུ་སྐྱུམ་བབས་ཡིན། །བཅན་པོ་ཉི་ཟླ་ས་  
བབས་དེ། །གཅིག་གི་བྱོད་ཐུར་བརྩ་གཅིག་མར་ལྷིང་ཡིན། །སྦྱིད་པོ་ཉི་ཟླ་  
གཟས་བཟུང་ངན། །བརྩ་ཡི་ཡར་ལྷང་བརྩ་གཅིག་སོ་ཡོན་ཡིན། །དབུལ་  
པོར་གྲོག་རྟེན་སྒྲུ་རེས་བཅད་ན་ངན། །བཞི་ཡི་བྱོད་ཐུར་ལྷ་ཡི་སྤང་ཟེ་ཡིན། །  
མི་དཔོན་གདན་ཁྱི་རྒྱུང་བསྟོད་ངན། །བརྩ་ཡི་ཡར་ལྷིང་བརྩ་གཅིག་ལི་ཡན་  
ཡིན། །སྟོན་པོ་འཕྱུལ་གྱི་ཡིག་ཆང་འཐོར་ན་ངན། །གཉིས་ལ་ཨ་ཁད་བརྩ་  
ལ་སྟོབར་ཡིན། །མཁས་པ་འཕྱུལ་གྱི་ཡིག་ཆང་ས་ཆོག་ན་ངན། །བདུན་ལ་  
ཨ་ཁད་བབས་ནས་སྟ། །བརྒྱད་ལ་ཆུ་སྤར་ལྷི་ཐུར་ཡིན། །ཐུག་པོ་དཀོར་གྱི་  
མཛོད་བཞི་སྟོང་ན་ངན། །བདུན་ལ་སྦྱིན་དེང་བརྒྱད་ལ་ལི་ཡན་ཡིན། །དོམ་  
ལེན་བྱིལ་འཛིན་ནས་འབྱུ་འཐོར་བ་ནི། །གསུམ་ལ་དང་མ་བདུན་ལ་མ་ཟེ་  
ཡིན། །དཔའ་པོ་རྒྱ་རྟག་མཆུ་སྟེར་ཆག་ན་ངན། །བརྒྱད་ལ་ཏུང་གི་སྐུམ་མཉམ་  
དང་། །དགུ་སད་ཀྱི་རྩ་ལང་རྩ་ལང་ཡིན། །སྤར་མ་ཐ་སྐྱུ་ཁོང་དུ་བརྒྱལ་ན་  
ངན། །བརྒྱད་ལི་ཡན་དགུ་ལི་སྦྱིན་དེང་ཡིན། །འབྲོག་པ་འབྲི་སྒྲ་ཆར་རུས་  
འཐུང་ན་ངན། །བཞི་སྐུམ་སྟོན་ལྷ་ཡི་སྦྱིར་ལབ་ཡིན། །ཡུལ་པ་ཁིང་ལྷ་ས་རྒྱུམ་  
ཐུ་ཐུན་ངན། །དུག་ལ་སྐུམ་མཉམ་སྐུམ་བརྒྱག་དང་། །བདུན་ལ་སོ་ཡོན་ཐུང་  
ན་ཡིན། །རྒྱས་པོ་ཉི་མའི་མཐའ་ལ་སྦྱིན་གཡོགས་ངན། །བརྩ་གཅིག་བྱ་ཡུན་



བརྩ་གསུམ་སོ་ཡོན་ཡིན། །བྱིས་པ་ལྷོག་ཆུང་ཆང་དེ་བ་ངན། །གཉིས་ལ་མ་ཆོ་  
 སང་ཆེན་ནས། །གསུམ་ལ་སྒྱིན་དིང་བབས་ན་ཡིན། །ཡང་ལྷོག་ཆུང་དྲུང་བྲས་  
 བྱིར་ན་ངན། །གཉིས་སྒྲོ་ཆོ་གསུམ་ལ་སྒྲོ་བར་ཡིན། །ཡང་ཡུལ་པའི་མོ་བརྩན་  
 འགྲོད་ན་ངན། །གཅིག་སྒྲུམ་དྲུག་གི་མ་སྒྲུམ་ཡིན། །བན་དེ་ཆ་ལང་ཐོག་གིས་  
 བཅད་ན་ངན། །བརྒྱད་ལ་བྱ་བུར་དགུ་ཡིན་འབན་ཡིན། །པོན་པོ་རྩ་གཤང་  
 རྒྱུད་གིས་གཏོར་ན་ངན། །དགུའི་བྱ་རལ་བརྩ་གཅིག་ལི་ཡན་ཡིན། །སྒྲན་པ་  
 བཟང་དྲུག་དྲུག་ཏུ་སོང་ན་ངན། །བདུན་གྱི་ཆོལ་ཆོལ་བརྒྱག་ལ། །བརྒྱད་ལ་  
 སུང་བར་བབས་ན་ཡིན། །བཟོ་བོར་འབྲོང་གའི་ལྷིབས་མོ་བྱང་ན་ངན། །  
 །གཅིག་ལ་མ་ཟེ་གཉིས་ལ་རྩང་ཟེ་ཡིན། །མགར་བ་ཏི་ཆོ་ཁབ་ཏུ་བྱང་ན་ངན། །  
 །བཞི་ལ་སོ་ཡོན་ལྷ་ལ་མ་ཟེ་ཡིན། །མོ་བརྩན་ངང་པ་མཆོན་ས་སུད་ན་ངན། །  
 །བཞི་ལ་དིང་དིང་ལྷ་ལ་བྱ་མེད་ཡིན། །ཡང་མོ་བརྩན་གཡུ་སུད་ཆད་ན་ངན། །  
 །བཞི་སྒྱིན་དིང་ལྷ་ལ་བྱ་རལ་ཡིན། །ཁུ་ཆ་མེ་ཏོག་སང་གིས་བྱིས་བྱིར་ན་ངན། །  
 །གཉིས་ལ་བྱ་ཡུན་གསུམ་གྱི་སེ་སྟོད་ཡིན། །གཙོ་བོར་མི་ཁ་དྲིལ་ལ་ཞོན་ན་  
 ངན། །བདུན་ལ་བྱོད་སུར་བརྒྱད་གྱི་སུང་ཁད་ཡིན། །སུད་མེད་མཁོན་གྱི་སུ་  
 མོས་བྱང་བརྩུང་ངན། །དྲུག་ལ་སུང་ཁད་བབ་ན་ཡིན། །དགུ་བོ་མི་སྟོ་རྟ་སྟོ་  
 འདྲེས་ན་ངན། །ཕྱི་སར་དཀར་ཐོག་རང་སར་ནག་ཐོག་ཡིན། །དེ་སོགས་  
 ངན་དམིགས་ཤེས་པར་བྱ། །ནམ་རྒྱ་དུས་བཞིའི་དམིགས་བསལ་ལ། །གང་  
 དུ་ལྷག་ཆོས་ངར་ལོས་བརྒྱན། །ཁུ་བྱུག་སྟོན་པོ་གསུང་སྟོན་སྟོན་གས། །གོར་

མོ་ས་ལ་རྒྱན་སྒྲོར་དང། །དབྱིད་གསུམ་མི་ནོར་དྲགས་ཡིན་ལ། །དབྱིད་འབྲུང་  
 བ་ཤིང་རམ་རྒྱང་གི་དུས། །སྤྱི་མ་ཟེ་ལི་ཡན་བྱ་རལ་དང། །གཞན་ཤིང་  
 དང་རྒྱང་གི་ཁམས་རྣམས་ཡིན། །དུས་ཀྱི་དྲགས་ནི་དམུ་དག་སྟེ། །དེ་ནི་ཤིང་  
 ཅི་སྟོང་པའི་ལྟས། །དབྱིད་ལྷགསུམ་ལ་མོ་འདེབས་ན། །རྒྱང་བེར་ཆེན་སྤྱབས་  
 སུམ་རལ་ན། །རྒྱང་ཁམས་མང་ཡང་སྒྲོན་རྒྱུ་ཡིན། །ལི་ཡན་བརྟུང་ལན་བྱ་  
 རལ་ན། །རྒྱང་བེར་ཆེན་སྤྱབས་སུ་རལ་བ་ཡིན། །ཁོར་ཟད་གཞི་འཕྲོར་གཉིས་  
 ཀ་འོང་། །གཏོ་ལ་སྒྱུན་སྟེག་ཆོགས་བསལ་བྱ། །ཡང་རྒྱང་ཟེགས་སུ་བརྟུང་  
 བའི་ལན། །ལི་ཡན་རྒྱང་གི་སེར་བྱ་རལ། །རང་ས་བྱོད་ལུང་བྱིས་ལི་ཡན་  
 བ། །ཤུག་ཆོས་མེ་ཏོག་དར་བའི་དྲགས། །བྱ་རལ་ས་ཁིང་མོ་བའི་དྲགས། །  
 རང་སར་དམུ་དག་བྱིས་དེང་དེང་ན། །ས་ལ་ཤིང་ཅི་སྟོང་པའི་བྲ། །དེ་སྟགས་  
 དུས་ཀྱི་ཁམས་ལས་འབབས། །ཡང་ནམ་རྒྱ་དབྱར་གྱི་དུས་དྲགས་ནི། །འབྲི་  
 མོ་མ་བྱ་བྱར་རྒྱག་བྱེད། །མེ་ཏོག་སེར་ཆེན་ལ་ཁ་བརྒྱན། །གམ་འབྲུག་སྟོན་  
 མོ་སྒྲ་ཆེན་སྟོགས། །དབྱར་ལྷགསུམ་གྱི་བྲ་མདུད་ནི། །བྲག་ལ་ཡར་དང་  
 སྒྱུ་རྣམས་ཡིན། །དམུ་དག་ཤིང་ལོ་སྟོང་པའི་དྲགས། །དབྱར་ལྷགསུམ་གྱི་  
 མོ་འདེབས་ན། །རྒྱུ་དག་དགྲང་ནས་མ་ཟག་ན། །སྒྱུ་ཁམས་མང་ཡང་སྒྲོན་  
 རྒྱུ་རོ། །སྒྱུ་བརྟུང་ལན་ན་འབབ་རྒྱ་ཐེམ་ཟག། །དག་བྱོད་གཉིས་ཀ་དུས་  
 གཅིག་འོང་། །གལ་བར་གསུམ་ལན་སྒྱུ་སྟོན་དེ། །རྒྱལ་བན་སྤང་སྤྱ་ཟག་  
 ཡིན། །དིང་དིང་ལན་དུ་བྱོད་ལུང་ན། །མེ་ཏོག་རྒྱས་པ་མཚོན་བ་ཡིན། །སྟོན་

ལྷ་གསུམ་གྱི་མི་འགྱུར་རྟགས། །ཤ་བ་རོག་པོས་དུ་འདྲུར་བྱེད། །ལྷ་གསུམ་ཟོར་  
 བ་འགྲུག་མོས་ལས་ལམ་བྱེད། །གཡུ་ལོ་སྤང་རྒྱན་སྤང་ལ་བཀྲམ། །སྟོན་ལྷ་  
 གསུམ་གྱི་མོ་འདེབས་ན། །མ་བྱའི་སྤྱུ་མདངས་མ་ཡལ་ན། །ལྷ་གསུམ་ཁམས་  
 མང་ཡང་སྒྲོན་རྒྱུང་དོ། །ཆོལ་ཆེ་བརྟུང་ལན་ཨ་ཁད་ན། །མ་བྱའི་སྤྱུ་མདངས་  
 ཡལ་བ་ཡིན། །ཡང་ན་བྱ་ཡུན་གསུམ་བརྟུང་ལན། །མ་ཟེ་བབས་ན་དེ་དང་  
 འདྲ། །མི་ཤིནོར་ཟད་འོང་བ་ཡིན། །རྒྱལ་པོ་གསེར་མདོས་ལ་སོགས་བྱ། །  
 མ་ཟེ་ཤ་བ་དུ་བའི་ལྷ་ས། །རང་སར་དིང་དིང་བྱི་སར་བྱོད་ལུར་ན། །གཡུ་ལོ་  
 སྤང་རྒྱན་བཀྲ་བ་ཡིན། །རང་སར་ལྷི་བུར་བྱི་སར་བྱོར་ལུར་ན། །ལྷ་གསུམ་གྱི་  
 ཟོར་བ་དར་བའི་དོ། །ནམ་ལྷ་དགུན་གྱི་མི་འགྱུར་རྟགས། །རི་རྒྱུང་གསལ་བ་  
 མང་དུ་འོང། །ཁོར་མོ་དོ་ཡི་འཁྲིས་ཐག་ཆད། །རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་མེ་དྲོག་ལྷ་ལྷུ་ལ་  
 འཆར། །དགུན་ལྷ་གསུམ་གྱི་མོ་འདེབས་ན། །དོ་གྲོ་མའི་རྒྱན་ཐག་མ་ཆད་  
 བ། །ས་ཁམས་མང་ཡང་སྒྲོན་རྒྱུང་དོ། །སྒྲིན་དིང་བརྟུང་ལན་བྱ་རལ་བབས། །  
 དོ་ཡི་རྒྱན་ཐག་ཆད་བ་ཡིན། །ནད་དང་མུ་གེ་གཉིས་ཀ་འོང། །འབྲུམ་འདོན་  
 ཟམ་བཅུགས་ཆ་ཆ་གདབ། །ཡང་ན་བག་ཆོག་གསུམ་བརྟུང་ལན། །རུ་སོད་  
 བབས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །ཐ་རྒྱུང་བཞི་ལ་མོ་འདེབས་ན། །ས་ཟད་དོ་ལ་མ་  
 ཐུག་ན། །ས་ཁམས་མང་ཡང་སྒྲོན་རྒྱུང་དོ། །སྒྲིན་དིང་བརྟུང་ལན་ཐང་ལེ་  
 བབས། །ས་ཟད་དོ་ལ་ཐུག་བ་ཡིན། །ལ་ཡུལ་སྤངས་ནས་མི་ཡུལ་འགོ། །  
 གཏོ་ལ་གོང་ཅོ་གཏོ་བསྐྱར་བྱ། །བྱིས་བཞི་ལ་དིང་དིང་བཞི། །མཆོལ་དར་

ཆགས་དུས་རྟགས་ཡིན། །དབྱིད་འཕྲོ་བ་རྒྱུད་གི་དངས་མ་དགོས། །བྱ་རལ་  
ལི་ཡན་བབས་ན་ཡིན། །དབྱར་སྡོན་པོ་ཆུ་ཡི་ཁ་རྒྱུད་ས་དགོས། །དེ་ནི་ནག་  
རྒྱུད་ཟེལ་ཟེལ་ཡིན། །སྟོན་དབག་བསམ་གིང་གི་འབྲས་བུ་དགོས། །དེ་ནི་སྟོ་  
ཆོ་སྒྲིང་བརྒྱག་ཡིན། །དགུན་སྒ་བརྟན་ལྷགས་གྱི་དྲུངས་མ་དགོས། །དེ་ཆོ་ལ་  
ཆོ་ལྷགས་མདོག་དྲུག་པོ་ཡིན། །གཞན་ཡང་དམག་རག་དྲག་ལས་དུས། །  
བྲག་སོགས་མདུད་བ་རྩུབ་མོ་དང་། །མི་མང་འདུ་དུས་བརྟུད་བ་དང་། །ནད་  
བ་རན་སྟིགས་བབས་བ་རྣམས། །དམིགས་བསལ་དུས་ཡིན་མི་སྟོན་ཁིང་། །  
ལས་དང་མཚུངས་བའི་སྒྲ་རྟགས་རིགས། །བབས་ས་ཡུལ་དུས་སྐབས་སྒྱུར་  
ཏེ། །དམིགས་བསལ་སྒྲ་ཆོགས་ཤེས་པར་བྱ། །གསུམ་བ་སྒྲི་ཁོག་དབྱུད་བ་  
ལ། །ཕྱི་རྟགས་བྱང་བུ་བརྟགས་ལེན། །མི་འཕེན་པོར་མོ་ཅེ་ཞན་བ་དང་། །  
བརྒྱག་མེད་རན་སྟིགས་རྟག་ཏུ་བབས། །ཐ་མར་སྤང་པོར་འཁྱུར་དོགས་ཡོད། །  
ལྷག་པོ་མོ་ཁོང་སྒྲ་བ་དེ། །ཐ་མར་སྤང་པོར་འཁྱུར་དོགས་ཡོད། །བརྒྱག་མེད་  
ཁ་ཁོག་སྒྲ་ན་ཡིན། །བཅའ་པོ་ཁས་དྲག་མེད་བ་ན། །ཐ་མར་ཁས་ཁོན་འོང་  
དོགས་ཡོད། །དྲུངས་མ་ཆེ་སྟེ་མེད་ན་ཡིན། །རྒྱལ་པོ་ལྷག་ཅེ་མེད་བ་ན། །ཐ་  
མར་བུན་དུ་འཁྱུར་དོགས་ཡོད། །སྟིང་མིག་སྟོག་གསུམ་ལང་ན་ཡིན། །གཞི་  
ལ་སྤང་བཞི་མེད་བ་ན། །ཐ་མར་འབྲུམ་པོ་འོང་དོགས་ཡོད། །གཙིག་ལང་  
སྤང་བཞི་མེད་ན་ཡིན། །འབྲོག་པར་སྤང་རྩི་མེད་བ་ན། །ཐ་མར་སྒྲ་སྤང་མེད་  
དོགས་ཡོད། །བཞི་དང་བརྟུད་དང་ཅེ་འཛིན་ལ། །སྟིགས་མ་སྒྲ་ཆོག་བབས་ན་

ཡིན། །བན་བོན་སྤང་བཞི་མེད་པ་ན། །ཐ་མར་དམ་ཚིག་ཉམས་དོགས་ཡོད། །  
 བརྒྱད་དགུ་བརྩ་གཅིག་ལད་ན་ཡིན། །སྤྱིས་པ་སྤྱ་གནས་མེད་པ་ན། །ཐ་མར་  
 མདའ་ར་སྤྲོད་དོགས་ཡོད། །བདུན་ལད་ལོ་བྲག་ཆད་པ་ཡིན། །བྱད་མེད་སྤྱ་  
 མཚོ་མེད་པ་ན། །ཐ་མར་ཐག་ར་སྤྲོད་དོགས་ཡོད། །བཞི་དང་བ་ལོག་ལད་ན་  
 ཡིན། །བུ་ཆུང་སྤང་བཞི་མེད་པ་ན། །ཐ་མར་ཅེ་ར་སྤྲོད་དོགས་ཡོད། །གཅིག་  
 གསུམ་བརྩ་གཅིག་ལད་ན་ཡིན། །ནད་པར་བདུད་ཅི་མེད་པ་ན། །ཐ་མར་  
 སྤྱི་ག་སྤྱི་མེད་དོགས་ཡོད། །བཅན་སར་རྩི་ལུ་མེད་ན་ཡིན། །ཕྱི་རྒྱུད་ཅེ་བ་  
 མེད་པ་ན། །བཟང་ངན་མོ་ལ་འཆོར་དོགས་ཡོད། །གཅིག་ལད་ངན་པ་ཡང་  
 དག་ཡིན། །སྤྱི་ཡི་ཅེ་མོ་མེད་པ་ན། །མགོ་གཡོགས་ཞབས་ཀྱི་སོ་ནམ་ཡིན། །  
 བརྩ་གསུམ་ངན་ན་ཡང་དག་ཡིན། །འདི་ནམས་རྒྱུན་དུ་བཏབ་པའི་དུས། །  
 ལན་གངས་དྲག་ན་ཕྱི་ཕྱག་གི་འབྱུང་འབྱུང་ལུང་སྤོན་རུས་པ་ཡིན། །དེ་ལས་  
 བརྒྱུག་སྤྱེ་བབས་པ་ན། །སྤང་བོ་ཡིན་ཀྱང་འཕན་པ་དང་། །ཁས་ཉན་བཅན་  
 བོར་འབྱུར་བ་སོགས། །རི་ལྟར་རིགས་པར་ལུང་སྤོན་རུས། །ལོ་ལྷ་མེདོག་  
 སྤྲོད་ཅིས་ལས། །ལོ་ཡི་ཆང་དུ་བཤད་པ་ལ། །གཅིག་གི་དམུ་དག་བརྒྱད་མ་  
 ཚོ། །བརྩ་གཅིག་ཕྱ་སའམ་ལི་ཡན་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྤྱོ་བྲག་ཏྲོང་གསུམ་  
 དང་། །སོ་བྱ་ན་འབན་ཁ་བུར་དང་། །སྤྱིར་ནག་སྤྱི་མ་ཆག་འཐོར་གསུམ་  
 སོགས། །ངན་སྤྱིགས་རིགས་རྣམས་གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ཁིང་སྤྱད་ཀར་ཐོག་  
 ལུ་འབྱུངས། །ད་ལོ་སྤྱག་མ་ལོ་འདབ་རྒྱས། །སང་ཡོད་སྤོང་ཆན་རྒྱུད་གིས་

བསྐྱེལ། །ལོ་ན་ནིང་མ་ཡིན་དེ་ལོ་ཡིན། །དེ་ལོ་མ་ཡིན་སྐྱོང་ཐོང་ཡིན། །སྐྱེས་  
 དར་མ་གཅིག་མི་འགོ་ཁ་མེད་ཡིན། །གྲི་ངོ་ཡོད་པས་གྲི་བྱུབ་བྱ། །གཞན་  
 ཡང་དར་ནས་རྒྱད་པའི་ངོ་། །གཅིག་ལ་དམ་དག་བརྒྱད་མ་ཆོ། །བརྒྱ་གཅིག་  
 ནག་ཐོག་སེ་སྟོང་ན། །ན་ནིང་སྐྱེས་མ་ཆོལ་གཅིག་འབྱུངས། །དེ་ལོ་སྐྱེས་ལ་  
 ལོ་འདབ་རྒྱས། །སང་ཐོད་སྐྱེས་མའི་སྟོང་པོ་འབྱེལ། །ལོ་བྱེད་དང་གསུམ་  
 ནས་འཛོམ་བ་ཡིན། །གཅིག་སྐྱེན་དེང་བརྒྱད་ཀྱི་ཤ་རང་སྟོ། །བརྒྱ་གཅིག་རྒྱ་  
 ངོ་ལི་ཡན་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྐྱ་ཆོག་འཐོར་གསུམ་ན། །ན་ནིང་སྐྱང་དཀར་  
 མེ་ཏོག་བཟ། །དེ་ལོ་ས་ཤོད་མེ་ཏོག་རྒྱས། །སང་ཐོད་མེ་ཏོག་སང་ཀྱིས་ཁྱེར། །  
 ཡང་གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སྐྱེན་དེང་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་ཐོག་ཏུ་དམ་དག་དང་། །  
 བརྒྱ་གསུམ་དམ་དཔལ་ཟེ་ཟེན། །ན་ནིང་དཀྱིལ་འཁོར་ས་སྟེགས་བརྟིགས། །  
 དེ་ལོ་དཀྱིལ་འཁོར་ཐིག་ཆོན་བཟ། །སང་ཐོད་དཀྱིལ་འཁོར་ཐིག་ཆོན་ཡལ། །  
 ལོ་གསུམ་རྒྱན་དག་བཤེས་འདས་གོངས་འོང་། །གཅིག་ལ་ཅེ་ར་བརྒྱད་  
 ཡར་ལྗང་། །བརྒྱ་གཅིག་སེ་སྟོང་ཐུང་བར་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་ངན་སྟེགས་  
 གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ནིང་གཡུ་ཤུག་དབྱར་རྒྱན་སྟོ། །དེ་ལོ་གཉན་ཤིང་ཀ་  
 བ་བརྩུགས། །སང་ཐོད་ཤིང་ཆེན་ཐོག་གིས་བསྐྱེལ། །ཡུག་དོན་པོ་འདྲ་བའི་  
 མི་ལ་ངན། །གཅིག་ལ་ཅེ་ར་བརྒྱད་ཡར་ལྗང་། །བརྒྱ་གཅིག་ན་འབན་རྟོང་  
 རྒྱང་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྐྱ་ཆོག་འཐོར་གསུམ་ན། །དེ་ཡང་གོང་དང་འདྲ་བ་  
 ཡིན། །གཅིག་ལ་བག་བྱ་བརྒྱད་བྱ་ཡན། །བརྒྱ་གཅིག་སོ་ཡོན་བརྒྱ་གསུམ་

བན། འཁྱིལ་ཁུ་བྱུག་གསུང་སྒྲིབ་སྟོན། འདྲ་ལོ་ལྟོ་ག་དགུང་དུ་འཕུར། ཁང་  
 རོད་དུང་ཁྱེ་ལེས་བསང། མི་བྱ་ཆོད་འདྲ་ལ་བན་པ་ཡིན། གཅིག་ལ་བག་  
 བྱ་བརྒྱད་སྒྱུར་ལུ། བརྩ་གཅིག་ལུ་སའམ་ལི་ཡན་ནས། བརྩ་གསུམ་སྟླུགས་  
 མ་གང་བབས་གྱང་། འཁྱིལ་བྱ་ཁྱ་གཞན་དང་འཕྲད། འདྲ་ལོ་ཁྱེ་སེང་གོགས་  
 དང་འཕྲད། ཁང་ལོད་བྱ་མང་ལུ་གསེལ་གྱི། མི་བྱ་ཁྱ་འདྲ་བ་གཅིག་ལ་བན། །  
 གཅིག་ལ་བྱ་ཡུན་བརྒྱད་ལ་ཆོ། བརྩ་གཅིག་ལུ་སྒྲིབ་ལྟུང་དང་། བརྩ་གསུམ་  
 སྒྲིབ་ཆོས་འཕྲོར་གསུམ་ན། འཁྱིལ་དུང་ཁུང་གཞན་ལ་ཆས། འདྲ་ལོ་བྱ་ཆོད་  
 གཤོག་དུག་རྒྱས། ཁང་ལོད་ཐལ་ལུང་ནང་དུ་ལོག། མི་བྱ་ཆོད་ཐང་དགར་  
 འདྲ་ལ་བན། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སྒྱུར་བབས་ནས། བརྩ་གཅིག་ལི་ཡན་  
 སྒྲིབ་ཁྱེ་དང་། བརྩ་གསུམ་རྩྱུང་ལུན་འཕྲོར་བྲག་ན། འཁྱིལ་ལེའུ་ཆུང་མ་རྩར་  
 རྩེ། ཁང་ལོད་ཐུས་མའི་ཞོགསར་བྱེད། གནང་ལོད་འཕྲི་ཆན་བགས་རར་  
 རྩེན། གནང་ལོད་ལུ་མོ་གཅིག་ལ་བན། གཅིག་སྒྱུར་བརྒྱད་ལ་རྩེས་ཆོད་  
 དུན་རྩེ་དང་། བརྩ་གཅིག་སྒྲོ་བྲག་རྩྱུང་གསུམ་ནས། བརྩ་གསུམ་ལི་ཡན་སྒྲིབ་  
 བཞིན། འཁྱིལ་རྒྱ་བྱ་རིམ་བཟ། འདྲ་ལོ་མ་བྱ་གཞུ་མདངས་གསལ། ཁང་  
 ལོད་ཁྱ་ཏས་ཁུང་ཆེན་བསང། གྲགས་པ་ཅན་གྱི་མི་དེ་གི། མདོ་རིས་ཅན་  
 གྱི་རྟེ་བཏང་། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སྒྱུར་བབས་ནས། བརྩ་གཅིག་རྩྱུང་  
 གི་སོ་བྲག་དང་། བརྩ་གསུམ་སྟླུགས་མ་གང་བབས་གྱང་། གྱི་ཡི་ཚུ་འཕྲོར་  
 བ་ཡིན། གྱི་ལོན་དཔལ་རུ་གྱུན་པ་ཡིན། ཁང་ལོད་གྱི་རོ་ལོད་པ་ཡིན། །

གཅིག་ཆོལ་ཆོལ་བརྒྱད་ལ་སང་ཆོལ་ཆོ། །བཅུ་གཅིག་རྒྱུ་མ་ནག་སེལྟོད་དང་། །  
བཅུ་གསུམ་སྟིགས་མ་གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ནིང་དབའ་པོ་ཁ་པོ་ཆོ། །ད་ལོ་  
བཅའ་ལྷག་དར་གསུམ་འཛོམས། །སང་པོད་བཅའ་གྲོལ་པོ་ཆོ། །པོ་བརྒྱས་  
བྱང་བརྒྱད་མོ་བརྒྱ་དུ། །སྟག་བརྒྱའི་རི་མོ་ཡལ་བ་ཡིན། །མི་སྟོང་དང་འདྲ་  
ལ་སང་པོད་དན། །གཅིག་ལ་ཆོལ་ཆོལ་བརྒྱད་གསོལ་དོ། །བཅུ་གཅིག་རྒྱུ་  
གྱི་མ་བརྒྱག་དང་། །བཅུ་གསུམ་སྟིགས་མ་གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ནིང་རྟོན་  
པོ་སོང་ར་ལྟན། །ད་ལོ་རྟོན་པོར་དར་ཡང་བྱུང། །སང་པོད་རྟོན་པོ་སོལ་ལོག།  
པོ་བརྒྱ་གྲིང་འཆི་མོ་བརྒྱ་ཡུག། །རྟོན་པོ་བྱུབས་དང་འབྲལ་བ་ཡིན། །དེ་ད་ལོ་  
མ་རེད་སང་པོད་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་བྱོད་ལུར་དང་། །བཅུ་གཅིག་  
ན་འབར་ཁྱོད་ཆུང་དང་། །བཅུ་གསུམ་ལི་ཡན་རྒྱ་བཞི་བབས། །ན་ནིང་གཡའ་  
སྤང་སྟེ་གཅིག་སྟེས། །ད་ལོ་ཉི་གི་བ་མཚམས་ལ་འདུག། །སང་པོད་རི་བོང་  
སྟག་གིས་ཁྱེད། །སྟེས་དར་མ་གཅིག་གི་མཐའ་མིག་ཡིན། །གཅིག་ལ་བྱོསྟོད་  
ཁ་ལེ་དང་། །བརྒྱད་ལ་སྟོག་དམར་ལྷི་བུར་དང་། །བཅུ་གཅིག་སྟོ་བྲག་ཁྱོད་  
གསུམ་དང་། །བཅུ་གསུམ་རྒྱ་ཚག་འཐོར་གསུམ་ན། །ན་ནིང་ལྷ་གཡག་རྩ་  
ལ་འབྱིང་། །ད་ལོ་བྲེ་སེར་ར་ལ་སྐར་ཁུང་བཅས། །སང་པོད་གཡག་ཆད་  
མདའ་ཡིས་བསད། །པོ་དབའ་པོ་འབྱོང་དང་འདྲ་ལ་དན། །གཅིག་ལ་ཨ་ཁད་  
ཅེ་མ་དང་། །བརྒྱད་ལ་ལུ་ཅེ་ལི་ཡན་དང་། །བཅུ་གཅིག་སོ་ལོན་བྱ་ཡུན་དང་། །  
བཅུ་གསུམ་ཁྱོད་ཆུང་འཐོར་བྲག་ན། །ན་ནིང་རྒྱ་སྟག་ནགས་ལ་འབྱིང་། །ད་



ལོ་འཇུག་དུག་སྤངས་ལ་རྫོགས། །སང་ཐོད་སྟག་མོ་ཆོ་ཟད་ནགས་དང་བྲལ། །  
 མི་རྒྱ་སྟག་འདྲ་བ་གཅིག་ལ་ངན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ཅེ་མ་དང་། །བཅུ་  
 གཅིག་སྐུམ་གྱི་མ་བརྒྱག་དང་། །བཅུ་གསུམ་ངན་སྟིགས་གང་བབས་ཀྱང་། །  
 བཅུ་གསུམ་ལྷོ་གསུང་སྟན་སྒྲོགས། །དེ་ལོ་པ་ལང་ལྟེ་ཅུ་གྲོ་ལ། །སང་ཐོད་ནོ་ཆོ་  
 སྐུ་མ་ཐན་ལྟག་ །མཛེས་པ་དང་པོ་ཆོས་མ་ཐན་ལ་ངན། །གཅིག་ལ་ལྟང་  
 ཟེ་བརྒྱད་ལ་སང་ལྟང་ཟེ། །བཅུ་གཅིག་སོ་ལ་བྲ་ཅུ་སོད་དང་། །བཅུ་གསུམ་  
 སྐུ་ཆག་འཕོར་གསུམ་ན། །བཅུ་གསུམ་ལྷོ་གསུང་གསང་སྟན་སྒྲོགས། །དེ་ལོ་  
 འབྲུག་མོ་དགུང་དང་མཉམ། །སང་ཐོད་གསུང་འབྲུག་ནམ་མཁའ་གྲགས། །  
 ཐོ་གྲགས་པ་ཅན་གྱི་མོ་ལ་ངན། །ཡང་གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ལྟང་ཟེ་དང་། །  
 བཅུ་གཉིས་མ་ཟེ་སོ་བྲག་དང་། །བཅུ་གསུམ་ངན་སྟིགས་གང་བབས་ཀྱང་། །  
 བཅུ་གསུམ་ལྷོ་གསུང་ལྟང་ཟེ། །དེ་ལོ་གྱི་ལིང་དགུང་མཐའ་འཕོར། །སང་  
 ཐོད་མཁྱོགས་པ་བང་ཐང་ཆད། །མི་གྱི་ལིང་འདྲ་བ་གཅིག་ལ་ངན། །གཅིག་  
 དང་བརྒྱད་ལ་སྐུམ་མཉམ་དང་། །བཅུ་གཅིག་སྐུམ་ཆད་སྒྲོ་བརྒྱག་དང་། །བཅུ་  
 གསུམ་སྒྲོ་བྲག་ཏུང་གསུམ་ན། །བཅུ་གསུམ་ལྷོ་གསུང་མོ་གཟན་དང་འཕྲད། །དེ་ལོ་རི་  
 སྐུང་མཁྱོན་ལ་ཆས། །སང་ཐོད་སྐུང་མོ་གལ་དང་འཕྲད། །མི་སྐུང་གི་འདྲ་བ་  
 གཅིག་ལ་ངན། །གཅིག་བརྒྱད་སྐུམ་མཉམ་བྱ་བརྒྱག་དང་། །བཅུ་གཅིག་སྐུམ་  
 རིགས་མ་བརྒྱག་དང་། །བཅུ་གསུམ་ངན་སྟིགས་གང་བབས་ཀྱང་། །བཅུ་གསུམ་  
 ལྷོ་གསུང་ལ་ཆས། །དེ་ལོ་གྱི་བྱ་མཁྱོན་ལ་འགྲོ། །སང་ཐོད་སྐུང་གི་གལ་

ལ་ཟེན། །མི་སྤྱང་གི་འདྲ་བ་གཅིག་ལ་ངན། །གྲགས་པ་ཅན་གྱི་བྱ་གཅིག་  
འཛི། །གཅིག་བག་ཁྱི་བརྒྱད་ལ་རེ་སེ་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་ལི་ཡན་བབས་ནས་  
སྟ། །བརྒྱ་གསུམ་ནག་ཐོག་སྟུན་གསུམ་ན། །ན་ནིང་སྟུག་པོའི་ནོར་ལྟས་  
གང་། །དེ་ལོ་བེའུ་ལུག་ལོ་འདབ་རྒྱས། །སང་ཐོད་དབུལ་པོའི་གོ་མཐའ་འཁོར།  
རྒྱལ་པོས་སྤྱང་སྟེ་ཁུར་བ་དང་། །སྟེ་བ་ཁྱི་ཤིག་སྤྱར་གང་རེད། །གཅིག་དང་  
བརྒྱད་ལ་སྟོ་ཡི་རིགས། །དྲངས་མ་བརྒྱག་ཅན་བབས་ནས་སྟ། །བརྒྱ་གཅིག་  
ལི་ཡན་སྟུ་བཞི་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྟོ་བྲག་རྩྱང་གསུམ་ན། །ན་ནིང་འཁོར་  
འབངས་བརྒྱ་དང་སྟོང་། །དེ་ལོ་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་ལ་བཞུགས། །སང་ཐོད་རྒྱལ་པོའི་  
དཔའ་ཁྲོམ་ཞིག །རྒྱལ་ཆེན་གདན་ས་སྟོང་ངོ་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་  
སུམ་མཉམ་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་ལི་ཡན་སྟུ་བཞི་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྟོ་བྲག་  
རྩྱང་གསུམ་ན། །གཞི་ནང་ཁྱི་ཆེན་བདུན་བཅེགས་བཅེགས། །ན་ནིང་དཔོན་  
གཡོག་བརྒྱ་དང་སྟོང་། །དེ་ལོ་རྒྱལ་པོ་གདན་ལ་བཞུགས། །སང་ཐོད་རྒྱལ་  
པོས་སྤྱང་སྟེ་ཁུར། །རྒྱལ་པོ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སྟོ་  
ཆོད་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་ལི་ཡན་སྟུ་བཞི་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་ལྟང་ཟེ་སྟོ་བརྒྱག་  
ན། །དེ་ལོ་ཧེལ་ཆུང་མ་མཆེན་ཅེ། །སང་ཐོད་གཞི་མོ་བྲེས་ན་ཆར། །རྗེས་  
ཐོད་ཆོད་མའི་བྲེས་ཁང་སྟོང་། །མོ་བཙུན་མི་ཤི་ཁ་མེད་ཡིན། །གཅིག་བརྒྱད་  
སྟུམ་གྱི་བྱ་བརྒྱག་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་སྟུམ་ནག་སེ་སྟོང་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་  
ངན་སྟིགས་གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ནིང་གཅང་པོ་འབྲུབ་ལ་ལུ་མ་རྒྱས། །ད་

ལོ་མཚོ་ལ་ཉ་སྒྲུལ་འཁོར། །སང་ཕོད་ལྟ་མཚོ་ཐན་པས་བསྐྱམ། །ཁྱུ་མིག་དོལ་  
 ཅ་གཅང་པོ་སྐྱམ། །མི་དེ་གི་ནས་ཅོར་དེ་ཟད། །འགྲོས་དེ་ལད་ནས་རྟ་དེ་གི།  
 གཅིག་བརྒྱད་སང་སྒྲུལ་ཕྱིར་ཕྱིག་ནས། །བརྩ་གཅིག་སྟེང་དུ་སོ་ཡོན་བབས། །  
 བརྩ་གསུམ་ཁ་ཐུན་སྒྲུབ་གསུམ་ན། །ན་ཅིང་རྒྱལ་པོ་གདན་ལ་བཞུགས། །ད་  
 ལོ་རྒྱལ་པོ་འཁོར་གྱིས་བསྐྱོར། །སང་ཕོད་རྒྱལ་པོ་གདན་ལས་འཕྱེད། །རྒྱལ་  
 པོ་བྱ་ཡི་དོན་པོ་དེ། །འབངས་ལོ་ངམ་རྟ་རྩིས་བསང་པ་ཡིན། །གཅིག་བརྒྱད་  
 སྒྲུལ་ལེ་བྱ་བརྒྱག་དང་། །བརྩ་གཅིག་སྒྲུལ་རིགས་བབས་ནས་སྟ། །བརྩ་  
 གསུམ་སྟོ་བྱག་ཕྱིར་གསུམ་ན། །ན་ཅིང་གཅང་པོར་རྒྱ་གཟིངས་འདོར། །ད་  
 ལོ་ཆབ་ལ་ཉ་སྒྲུལ་འཁོར། །སང་ཕོད་གཅང་ཆེན་གཞུང་ནས་སྐྱམ། །མི་གི་  
 ཅོར་ཟད་གཉིས་ཀ་ཡིན། །བན་པོན་ཡིན་ན་མགོན་ལད་ཡིན། །སྟེ་པོ་ཡིན་ན་  
 རག་ལད་ཡིན། །གཅིག་ལ་བྱེད་ཐུང་བརྒྱད་སངས་རིགས། །བརྩ་གཅིག་སྒྲུལ་  
 གྱི་ངན་རིགས་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྟྲིགས་མ་ངན་བ་ནམས། །ད་ལོ་གེུ་རྒྱུང་  
 མ་དང་ཅེ། །སང་ཕོད་ག་རྒྱལ་མ་དང་མཉམ། །རྩིས་ཕོད་ག་རྒྱན་གདོས་དང་  
 འཕྲད། །མི་ཆེ་རབ་གཅིག་གི་མོ་ལ་ངན། །གཅིག་བརྒྱད་དིང་དིང་དུང་ཁྱུང་  
 དང་། །བརྩ་གཅིག་སོ་ཡོན་བབས་ནས་སྟ། །བརྩ་གསུམ་ན་འབན་ཕྱིར་རྒྱུང་  
 བ། །ན་ཅིང་དྲང་གིང་བྱ་བ་ལོའོ། །ད་ལོ་དབག་བསམ་ཅེན་ཁུ་བྱུག་གསལ། །  
 སང་ཕོད་ཁྱུང་ཆེན་གཙུག་ཅོར་སྟོར། །མི་གི་མཁར་ཞིག་ཅོར་འཛད་ཡིན། །  
 གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སྒྲུས་དང་། །བརྩ་གཅིག་རྒྱུ་དོ་ལི་ཡན་དང་། །བརྩ་

གསུམ་སོ་ཡོན་ནག་མོན། ཁ་ཅིང་ལྷོན་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས། ཏེ་ལོ་སྒྲིབ་ཤིང་  
 ཐོག་གྲུ་འབྱུངས། སང་ཐོད་ཤིང་ཐོག་སྒྲུམ་པ་ཡིན། གཅིག་བརྒྱད་ཀོང་ཆོ་  
 དུན་དུན་དང་། བརྒྱ་གཅིག་ཆོ་ར་མགོ་བརྒྱུ་དང་། བརྒྱ་གསུམ་ན་འབན་  
 སོ་ཡོན་ན། ཁ་ཅིང་ལྷོན་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས། ཏེ་ལོ་བྱང་ཤིང་ཐོག་གྲུ་རྒྱས། སང་  
 ཐོད་སྒྲིབ་ཀྱན་སྒྲུ་མེས་བཅད། གྲི་གཡེན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཡི། བརྒྱ་དེ་  
 གྲི་ཡིས་ཤི་བ་ཡིན། ལོ་གཉིས་ནང་ནས་གྲི་གསུམ་འབྱུང་། གཅིག་ལ་དམ་  
 དག་བརྒྱད་ལུ་ས། བརྒྱ་གཅིག་དུ་སོད་བརྒྱ་གསུམ་ལད། ཁ་ཅིང་བྱང་ཤིང་  
 ཐོག་གྲུ་སྒྲིས། ཏེ་ལོ་ལྷོན་ཤིང་ལོ་འདབ་རྒྱས། སང་ཐོད་གྲི་ཤིང་རྒྱག་པ་སྒྲོ་  
 ཁར་སྒྲིས། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ཡར་དིང་དང་། བརྒྱ་གཅིག་སྒྲོ་བར་རྟིང་  
 བཤལ་དང་། བརྒྱ་གསུམ་སོ་ཡོན་ན་འབན་ནམ། ཡང་ན་མར་ལྷིང་རྟིང་རྟིང་  
 བ། ཁ་ཅིང་གསེར་ཤིང་ཐོག་གྲུ་སྒྲིས། ཏེ་ལོ་གཡུ་ཤིང་མེ་རྟིག་བཀྲ། སང་  
 ཐོད་གཉན་ཤིང་རྟིང་ནས་ཆག་གྲི་བྱ་གྲི་བྱི་རྒྱུག་དེ་ཡིན། གཅིག་དང་བརྒྱད་  
 ལ་མཆོ་དང་། བརྒྱ་གཅིག་ལ་མང་སེ་སྟོད་དམ། ཡང་ན་གཤིང་སྒྲོ་བརྒྱག་  
 བབས། བརྒྱ་གསུམ་ངན་སྒྲིགས་གང་བབས་ཀྱང་། ཁ་ཅིང་མདུང་ལ་བ་  
 དན་བཏགས། ཏེ་ལོ་དཔའ་མདུང་མཁར་ལ་བཏགས། སང་ཐོད་མདུང་  
 ཆག་པ་དན་ཆད། བྱང་ཤིང་རྩེ་ལ་གྲི་བྱ་ལྷིང་། གཅིག་བརྒྱད་གསེར་བྱ་བརྒྱ་  
 གཅིག་སོ་ཡོན་དང་། བརྒྱ་གསུམ་སྒྲུ་ཆོག་འཐོར་གསུམ་ན། ཁ་ཅིང་དུར་མོ་  
 མཆོ་ལ་རྒྱལ། ཏེ་ལོ་དུར་པ་དགའ་ཐུབ་ཆས་དང་ལྷན། སང་ཐོད་དུར་པ་བྲི་

ཐུབ་ཆོཾ་ཆད་ཟད། །བན་དེ་ཆོཾ་ཟད་མོ་ལ་ངན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་གྱེ་བའི་  
 རིགས། །བརྩ་གཅིག་སྐྱུམ་གྱི་ངན་རིགས་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྐྱུ་ཚག་འཕྲོར་  
 གསུམ་ན། །ན་ནིང་རྒྱལ་པོ་གདན་ལ་བཞུགས། །ད་ལོ་སློན་པོས་སློན་བརྒྱུད།  
 སང་ཕྱིད་རྒྱལ་སློན་གདན་ས་ཤོར། །རྒྱལ་སློན་འབངས་གསུམ་མོ་ལ་ངན། །  
 གཅིག་བརྒྱད་དུ་དབལ་བ་བཟང་སྟེ་དང་། །བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་ངན་བའི་སྟེ། །  
 བརྩ་གསུམ་སྟླགས་མ་གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ནིང་གཤེན་རབ་འཁོར་དང་  
 ལྷན། །ད་ལོ་གཤེན་རབ་དབང་ཁྱེད་གས། །སང་ཕྱིད་གཤེན་རབ་གྲལ་དུ་  
 རུ། །པོན་པོ་སློན་པའི་ཆོཾ་ཐུག་ཟད། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སང་ཁམས་དང་། །  
 བརྩ་གཅིག་སྟེང་དུ་གསེར་བྱ་དང་། །བརྩ་གསུམ་གྱེ་བ་རིང་ཤག་ན། །ན་ནིང་  
 གསུང་རབ་གསེར་གྱིས་བཞེངས། །ད་ལོ་གསུང་རབ་དབུ་དུམ་གྲོག་ །སང་  
 ཕྱིད་གསུང་རབ་རྫོགས་དུམ་གྲོག་ །བན་པོན་གཅིག་མི་གདན་ཁ་མེད་ཡིན། །  
 གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སང་རིགས་དང་། །བརྩ་གཅིག་སློ་བུ་ཤོང་གསུམ་དང་། །  
 བརྩ་གསུམ་ངན་སྟླགས་གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ནིང་མེར་མས་དབའ་ཁྲོམ་  
 བརྩུགས། །ད་ལོ་ཅངས་སེ་གསོལ་ཟས་འཕྲད། །སང་ཕྱིད་དག་སྒྲ་གནས་ན་  
 རུ། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་དིང་དིང་ནས། །བརྩ་གཅིག་སྐྱུམ་མཉམ་བརྩ་  
 གསུམ་བྱ་རལ་བབས། །ད་ལོ་རྒྱལ་སློན་མདུན་གྲོས་བྱེད། །སང་ཕྱིད་ལས་  
 པ་ཁྲེལ་གསུམ་འཛོམས། །གཞེས་ཕྱིད་སྐྱེས་པར་མཛོཾ་ལམ་དོད། །ཡུལ་ལ་  
 འཕྱུག་པ་འོང་ངོ་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་རྒྱང་སྤར་དང་། །བརྩ་གཅིག་

སྒྲིལ་ཁ་ཐུང་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་སྒྲོ་བྲག་རིགས་བབས་ན། །དེ་ལོ་ཤེའུ་རྒྱུང་  
མ་དང་ཅེ། །སང་ཐོད་ཤ་རྒྱས་མ་དང་མཉམ། །རྩེས་ཐོད་ཤ་རྒྱན་གདོས་ལ་  
ཐོགས། །མི་ཆེ་རབ་གཅིག་ལ་ངན་པར་བཤད། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ད་  
རྒྱུ་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་སྒྲིབ་དེང་གཡུ་ཐོག་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་བྲག་གི་རིགས་  
བབས་ན། །དེ་ལོ་རེ་འབུམས་མཆོའི་ལ་རྒྱལ། །སང་ཐོད་འབྲང་ལུང་ལ་འབྱིང་།  
གནང་ཐོད་ཤ་རྒྱན་མཐའ་ལ་ཡར། །གནང་ཐོད་སྒྲོ་ཆེན་མ་གཅིག་འཆི། །  
གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ད་རྒྱུ་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་སེ་སྟོད་ནག་ཐོག་རིགས། །  
བརྒྱ་གསུམ་མུ་ཁ་ལི་ཡན་ན། །ན་ནིང་ལྷག་དང་འབྲི་གདང་བསྒྲིག་ །དེ་ལོ་  
ལྷགས་ཀྱི་ཁོར་ཅིས་བྱེད། །སང་ཐོད་བེའུ་གཅིག་གདང་ཐག་བཅའ། །རྒྱལ་  
སྒོན་འབངས་གསུམ་གནས་དང་ཐུ། །གཅིག་ལ་སྒྲོ་ཆེ་བབས་ནས་སུ། །བརྒྱད་  
ལ་ཤ་རིང་སྒྲོ་ཆེ་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་ལི་ཡན་བརྒྱ་གསུམ་སྒྲིགས་མ་ན། །ན་  
ནིང་སྒྲིབ་མར་མེ་ཏོག་རྒྱས། །དེ་ལོ་ཐུར་ཐུར་གཡུ་འབུས་སྒྲིབ། །སང་ཐོད་  
ཤིང་ཐུང་རྩད་ནས་སྐྱམ། །འོ་མང་འོང་ཞིང་ཁོར་འཛད་ཡིན། །གཅིག་དང་  
བརྒྱད་ལ་གལ་བར་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་འདམ་ལུ་སྒྲུག་ཤད་དང་། །བརྒྱ་གསུམ་  
སོ་ཡོན་བྱ་ལུན་དང་། །ངན་སྒྲིགས་རིགས་ནི་གང་བབས་ཀྱང་། །ན་ནིང་སྒྲོན་  
སྒྲུང་ངམ་ལ་འབྱིང་། །དེ་ལོ་ངམ་སྒྲུང་སྒྲུག་རིས་སྒྲོ་ཁར་ཐུན། །སང་ཐོད་དབལ་  
རིང་བལ་ཤིང་རྩར། །གི་ཡི་རྒྱ་ཐག་བྲེས་པ་ཡིན། །གཅིག་བརྒྱད་སང་རྩ་ཤེར་  
རྒྱུང་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་སོ་བྱ་བརྒྱ་གསུམ་ངན། །ན་ནིང་བོན་བོའི་གསས་

མཁར་བཅིགས། །དེ་ལོ་བོན་བོས་བྱ་གདང་བཅིགས། །སང་མོད་རྟ་བོན་རྟ་  
 བྱི་ཁ་ལ་འདུག །ཁྱད་པར་བོན་པོའི་མོ་ལ་ངན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ཁྱི་  
 ཐོག་དང་། །བརྩ་གཅིག་མོ་བྱ་བརྩ་གསུམ་སྟགས། །ན་ནིང་སྒྲུ་མཁར་མོད་  
 དང་ལྷན། །དེ་ལོ་ཆོས་ཀྱི་ཁེར་མ་ཆས། །སང་མོད་བརྗེ་རོ་ཆོལ་རོ་དང་འཕྲད།  
 །ལྷག་པར་བརྗེ་འི་མོ་ལ་ངན། །དེ་གཉིས་བན་བོན་གཉིས་ཀྱི་ཆོ་ཆོད་ཡིན། །  
 གཅིག་བརྒྱད་སྟོ་ཆོ་བརྩ་གཅིག་ལི་ཡན་དང་། །བརྩ་གསུམ་ལྟང་ཟེ་སྟོ་བརྒྱག་  
 བ། །དེ་ལོ་རྟ་རྩ་རྩུང་མ་དང་ཅེ། །སང་མོད་གཞི་མོ་བྲེས་ནས་འཆོར། །གནང་  
 མོད་གསེབ་ཆེན་སྒྲད་ཐག་ཆད། །མོ་བརྩུན་དང་ནི་གཞོན་རྒྱར་ངན། །གཅིག་  
 བརྒྱད་སྟེར་ལེབ་བརྩ་གཅིག་ལི་ཡན་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྟོ་བྲག་རྩོད་གསུམ་  
 བ། །དེ་ལོ་བེ་རྩ་རྩུང་མ་རྩུང་ཅེ། །སང་མོད་བྱས་མའི་ཞོགས་ར་བྱེད། །གནང་  
 མོད་འབྲི་གན་མོ་རིས་རྩོགས། །མོ་སྒྲན་རྒྱལ་མོ་གཅིག་ལ་ངན། །གཅིག་  
 བརྒྱད་བྱ་ཡུན་བརྩ་གཅིག་བྱོད་ལུར་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྟེང་དུ་ལི་ཡན་ན། །  
 དེ་ལོ་ལྷག་རོན་ཆོང་ནས་མཁུན། །སང་མོད་ཁུ་བྱག་གསུང་སྟན་སྟོགས། །  
 གནང་མོད་རྩོ་རྒྱལ་དགའ་དུ་གཤེགས། །རྒྱལ་པོ་གཅིག་གི་མཐའ་མིག་ཡིན། །  
 གཅིག་བརྒྱད་ལུ་ལེ་སྒྲུམ་རུར་དང་། །བརྩ་གཅིག་སྟིགས་མ་ངན་རིགས་དང་།  
 བརྩ་གསུམ་སྟོ་བྲག་རྩོད་གསུམ་བ། །ན་ནིང་ཁེར་མ་སོ་ལ་ཆས། །སང་མོད་  
 ཁེར་མ་གཟུང་དང་འཕྲད། །གནང་མོད་དག་སྒྲ་གྲལ་དུ་སྒྲུག །མདོར་ན་གཅིག་  
 བརྒྱད་བཟང་སྟེ་དང་། །བརྩ་གཅིག་སྟིགས་མའི་རིགས་བབས་ནས། །བརྩ་

གསུམ་རྒྱུ་ཆག་འཐོར་གསུམ་ན། རྒྱལ་སློན་འབངས་གསུམ་སྡེ་ཆུས་ངན། །  
 གྱི་བསྐྱོག་མདོས་དང་ལྷ་གསོལ་བ། རོ་སོའི་ངན་པའི་གཞུགས་དང་ནི། དེ་  
 དེའི་མཆེ་སྡེར་མིག་པ་སོགས། གཏོ་ཡས་བྱས་ནས་ནི་བར་འགྱུར། གཞན་  
 ཡང་བཞོག་གནས་མལ་སོགས། རྟགས་ཆེན་བབས་ན་དེ་དང་དེའི། དབྱང་  
 པཅི་རིགས་སྒྲོས་ཤེས་བ། ཡང་གཅིག་གི་སྡེར་དུ་སྒྲིན་དིང་དང་། བཅུ་གཅིག་  
 བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་ན། བདལ་བ་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ། མ་རྒྱ་རུས་སྤལ་ཆོ་  
 ཆད་རྫོགས། ལྷ་ལ་རུ་སྡོད་བདུན་མ་ཟེ། གྲུ་གཅུག་ན་རིན་ཆེན་ཆོ་ཆད་  
 ཡིན། ལྷ་ལ་སྒྲོ་མདོང་བདུན་ལི་ཡན། མཆོ་སྒྲན་རྒྱལ་མོའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། །  
 དགྲ་ཅུང་ཟེ་བཅུ་ལ་ཨ་ཁད་སྒྲོ་བརྒྱག་ན། གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། །  
 གཅིག་ལ་དྲངས་མ་གཡུ་སྒྲོན་དང་། བཅུ་གཅིག་གྲེས་སྒྲི་མཆུ་ནག་ན། གནམ་  
 སྒྲན་དཀར་མོའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། བཅུ་གཅིག་ཆུ་སྤར་སྒྲུམ་བརྒྱག་དང་། བཅུ་  
 གསུམ་ཆུ་གྱི་མེ་རྟག་ན། འུང་སེང་དཀར་མོའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། བཅུ་གཅིག་མྱི་  
 བུར་གིང་ཅེ་དང་། བཅུ་གསུམ་ཅུང་ཟེ་ཁྲ་མོན། གཟའ་སྤར་ཀྱ་ཀྱའི་ཆོ་ཆད་  
 ཡིན། བཅུ་གཉིས་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་དང་། བཅུ་གསུམ་བག་བྱ་དཀར་མོན། །  
 གསེར་གྱི་ཉི་མ་འཁོར་འགོས་བྱས། ཉི་མ་མེ་ཤེལ་ཆོ་ཆད་ཡིན། བཅུ་གཉིས་  
 བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་དང་། བཅུ་གསུམ་རྒྱུ་སྤར་གཡས་རུན། རྒྱ་བ་རྒྱ་ཤེལ་  
 ཆོ་ཆད་ཡིན། བཅུ་གཉིས་ལྷ་ས་སྒྲོ་བརྒྱག་དང་། བཅུ་གསུམ་ན་འབན་རྩྱང་  
 རྒྱུང་ན། སྒྲིན་བྱག་ཁྲ་མོའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། བཅུ་གཉིས་ད་རོག་གསེར་གཞུང་



དང་། །བརྩ་གསུམ་བྱ་ཡུན་སྒོ་བརྒྱག་ན། །གནམ་ཕྱི་མཐའ་མེད་དགུང་ལ་  
གཤེགས། །གནམ་ཕྱི་གོང་རྒྱལ་ཆེ་ཆད་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་  
དང་། །བརྩ་གསུམ་ན་འབན་སིལ་ལུན། །གཉན་རྒན་དེ་བའི་ཆེ་ཆད་ཡིན། །  
གཅིག་ལ་ལུ་ས་དྲང་གིང་དང་། །བརྩ་གསུམ་སུས་ཁྱུང་བྱ་ར་ལན། །རྒྱལ་ལུ་  
མཐིང་གི་ཆེ་ཆད་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་བྱ་རལ་ལོང་གསུམ་དང་། །དགུ་ལ་བྱ་ལུར་  
གསེར་ཐིག་ན། །ཡབ་ལྟ་བདལ་དུག་ཆེ་ཆད་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་སྒྱུམ་ཆད་སྒོ་  
བརྒྱག་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྒྱུམ་བྲག་རང་རྩན། །ཡེ་སྒོན་རྒྱལ་པོའི་ཆེ་ཆད་  
ཡིན། །བཞི་ལ་ན་འབན་དྲོང་རྩུང་དང་། །བརྩ་གཅིག་གསེར་བྱ་རྟེན་ཆད་ན། །  
མཛེས་སྒྲུག་མ་བྱའི་ཆེ་ཆད་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་གསེར་བྱ་རྟེན་ཆད་དང་། །དགུ་  
ལ་ཨ་ཁད་རྩེ་མ་ན། །མཚལ་སྒྲག་དམར་པོའི་ཆེ་ཆད་ཡིན། །གསུམ་ལ་སུམ་  
སྒྱུར་སྒོ་བརྒྱག་དང་། །ལུ་ལ་ལྷི་ལུར་ཞོན་བཅན། །མང་སྒྲིང་ལུ་བེར་ཆེ་ཆད་  
ཡིན། །གསུམ་ལ་རྩ་སྒྲར་ལྷི་ལུར་དང་། །ལུ་ལ་སྒོ་ཡི་མ་ཟེ་ཞོན་བཅན། །  
བཅན་ཡ་བརྒྱ་གཅིག་ཆེ་ཆད་ཡིན། །གཅིག་ལ་སྒྱུར་བོན་ར་བརྒྱག་དང་། །  
བརྩ་ལ་གསེར་བྱ་མ་བརྒྱག་ན། །བདུད་རེ་སྒྲེ་མགོ་ཉག་ཆེ་ཆད་ཡིན། །ཡང་  
གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་རང་སྒྲན་དང་། །བརྩ་གཅིག་མ་རྒྱང་བྱོད་ལུར་ན། །རྒྱལ་  
པོའི་གདན་ས་གོར་བཡིན། །དེ་ལོ་མ་ཡིན་སང་མོད་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་  
ལ་ལུ་ས་དང་། །བརྩ་གཅིག་གིང་རྩེ་ལྷི་ལུར་སྒོ་བརྒྱག་ན། །ལུ་བོ་ཁྱའོད་འདྲ་  
བའི་ །ཁུ་བོ་ཀེ་ལུ་འདྲ་བ་ལུས། །སང་མོད་དུས་ན་འཛེར་དོ་ཡིན། །གཅིག་

བརྒྱད་ཡ་ཁད་བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་ན། །ཕུ་བོ་སྟག་འདྲ་གི་ནས་ནི། །ཁུ་བོ་ཁྱི་  
འདྲ་ལུས་བ་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ཆོལ་ཆོལ་དང་། །བརྩ་གཅིག་རུ་སོད་  
བརྒྱག་ངན་ན། །པ་ཆེན་སྡེ་འཕྲོར་འབྱུང་ངོ་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་མ་  
ཆོལ་དང་། །བརྩ་གཅིག་དམུ་དག་དྲང་གིང་ན། །སྟོན་པའི་མཁར་ལ་བརྩེག་  
གཅིག་དམའ། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ལྷི་བུར་དང་། །བརྩ་གཅིག་རུ་སོད་ཁ་  
ལེན། །གྲི་སྟོད་གནམ་འབབས་ཡིན་ཀྱང་ཟེར། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་རྩང་  
ཟེར་དང་། །བརྩ་གཅིག་མ་སྐྱམ་མ་བརྒྱག་ན། །ལི་ལི་ག་མའི་རྩ་ལྷགས་གྱིས། །  
གཡུ་འབྱུག་སྟོན་མོ་ཐང་ལ་བསྐྱར། །མོ་མགོན་སྟེ་ལ་བརྒྱག་དོགས་ཡོད། །  
སང་ཕོད་ཅམ་ན་འཛོར་བ་ཡིན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་བྱ་ཡུན་དང་། །བརྩ་  
གཅིག་མ་སྐྱམ་སྟོ་བརྒྱག་ན། །གཡའ་བྱ་གོང་མོ་སྤར་བུད་དང་། །འཕྲུལ་ཁ་  
མར་འོང་འཕྱད་བ་ཡིན། །གོད་རོའི་སྤེང་དུ་འཐབ་མོ་འབྱུང་། །གང་ཡང་མ་  
རྒྱལ་གཉིས་ཀ་པམ། །སང་ཕོད་མ་སྐྱེན་དམེ་གི་འབྱུང་། །གཅིག་བརྒྱད་གསེར་  
བྱ་བརྩ་གཅིག་སོ་བྱ་ན། །གསེར་བྱ་བྱ་ནག་འཕྱད་བ་ཡིན། །དེ་ཡང་བཤད་  
བ་གོང་དང་འདྲ། །གཅིག་བརྒྱད་བྱོད་ལུར་བརྩ་གཅིག་སྐྱམ་མཉམ་ན། །འི་  
བོང་སྐྱག་གིས་བྱིར་བ་ལ། །འབོད་ས་གནམ་ལས་མེད་བ་ཡིན། །མགོན་པོ་  
ཁྱི་སྤོང་སྟེ་ལ་བརྒྱག་ །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་བྱོད་ལུར་དང་། །བརྩ་གཅིག་སྐྱེར་  
བྱ་སྟོ་བརྒྱག་ན། །སྟོན་ཡང་མོ་མགོན་སྟེ་ལ་བརྒྱག་ །སང་ཕོད་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་  
ངན། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་གལ་བར་དང་། །བརྩ་གཅིག་སྟོ་ཆོ་སྟོ་བརྒྱག་ན། །

བ་ལང་སྒྲ་ཡི་ཟེལ་བ་སྒྲམ། སྤྲང་ཆེན་སྟོབས་དང་བྱེ་བ་ཡིན། གཅིག་བརྒྱད་  
 རུ་སྟོད་བརྒྱ་གཅིག་ལི་ཡན་ན། རྒྱུད་ཐིར་བདུད་ཅིའི་ཟེལ་བ་བསྒྲམ། གཅིག་  
 དང་བརྒྱད་ལ་རུ་སྟོད་དང་། བརྒྱ་གཅིག་མ་ཟེ་ཞོན་བ་ན། ལྷག་པོའི་གསེར་  
 གྱི་ཚོར་ཡིན་ཏེ། ཚོར་འདི་བདག་པོའི་མགོ་བཙོང་ཡིན། གཅིག་དང་བརྒྱད་  
 ལ་སྟོ་ཆེ་དང་། བརྒྱ་གཅིག་ཁྱོད་དམར་རྟེན་ཆད་ན། དབྱ་སྒྲའི་རྟ་མཁར་  
 ཞིག་བ་ཡིན། གཅིག་བརྒྱད་སྒྲམ་ཟུར་ལྗི་བྱར་དང་། བརྒྱ་གཅིག་ཁྱོད་ཟེ་སྟོ་  
 བརྒྱག་ན། ཁོ་ལྗིའི་མི་མཁར་ཞིག་བ་ཡིན། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་སྟེར་  
 རིགས་དང་། བརྒྱ་གཅིག་བྱ་རལ་སྟོ་བརྒྱག་ན། སྟོན་སྒས་མི་འག་བཅད་  
 བ་ཡིན། གཅིག་བརྒྱད་ཁྱོད་ལུར་བརྒྱ་གཅིག་ལི་ཡན་ན། བཙོ་ལྗིའི་རྒྱ་བ་  
 སྟོར་བ་ཡིན། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་རྟེན་སྒར་དང་། བརྒྱ་གཅིག་བག་ལྗི་  
 ཞོན་བ་ན། ཤ་བ་བརྒྱད་བ་ཁུང་རུ་འཇུ་ལ། གཅིག་བརྒྱད་སྒྲམ་གྱི་དྲུངས་མ་  
 དང་། བརྒྱ་གཅིག་ཤ་བག་ལི་ཡན་ན། རྒྱ་རྒྱན་ཐན་བས་སྒྲམ་བ་ཡིན། །  
 གཅིག་བརྒྱད་ལྗི་བྱར་བརྒྱ་གཅིག་བག་ལྗི་ཞོན། རི་བོང་ར་ཆོལ་སོང་བ་ལ། །  
 ར་མ་རྟེན་རྩ་བ་གཉིས་དང་བྲལ། གཅིག་བརྒྱད་རྟེན་སྒར་ལྗི་བྱར་དང་། །  
 བརྒྱ་གཅིག་བྱ་རལ་སྟོ་བརྒྱག་ན། རྒྱལ་པོའི་ལྷ་ག་སྒྲུ་ཁྱི་ཡིས་བཅད། མན་འ་  
 ཟོས་བ་ཡིས་བརྒྱག་དོགས་ཡོད། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་དཀར་ཐོག་དང་། །  
 བརྒྱ་གཅིག་ལི་ཡན་སྟེར་ངན་རིགས། ལྷ་རྩེའི་ཡི་གེ་བདུད་ལ་ཤོར། གཅིག་  
 དང་བརྒྱད་ལ་ཅེ་ར་དང་། བརྒྱ་གཅིག་སྒྲམ་གྱི་སྟོ་བརྒྱག་ན། ཁོ་མགོན་སྒྲུས་

ནག་སྒྲ་ལ་ལུང་། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་ཁྱུང་བརྒྱད་དང་། བརྒྱ་གཅིག་གལ་  
 བར་སྒྲོ་བརྒྱག་ན། རོ་མཛེས་སྒྲོ་དང་བྲལ་བ་ཡིན། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་  
 ལ་མང་དང་། བརྒྱ་གཅིག་གི་བྱར་དཔའ་སྟེ་དུག རོ་མཚོན་བྱེད་སྒྲ་  
 བ་ཡིན། གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་གྱེ་བ་དང་། བརྒྱ་གཅིག་དམུ་དམར་སེ་སྟོད་  
 ན། རྒྱལ་པོ་གསེར་ཁྲིའི་སྟེང་ནས་བརྒྱག གཅིག་བརྒྱད་དེ་གཤིག་ཡི་ཡན།  
 བརྒྱ་གཅིག་སེ་སྟོད་བབས་བ་ན། རྒྱལ་པོ་ཚོག་དང་བྲལ་བ་ཡིན། འདི་ནམས་  
 ཐམས་ཅད་སང་ཐོད་དན། གཞན་ཡང་གཡུང་དྲུང་ཆེ་སྟེའི་རིགས། བབས་  
 བའི་ལན་དུ་ལི་ཡན་ན། རྒྱལ་པོས་སྒྲུང་སྒྲེ་བྱར་བ་ཡིན། བྱ་རལ་རྒྱལ་ས་  
 ཁྲི་ཡིས་བཟུང་། རྒྱལ་དང་སྒྲེར་དན་རྒྱལ་ས་མོ་ཡིས་བཟུང་། དེ་བཞིན་བྱ་  
 བྱར་གསེར་ཐིག་སོགས། བཟང་སྟེ་ཁ་དྲག་ཁྱུང་བར་ཅན། དེ་ལན་སྒྲོ་བརྒྱག་  
 རུས་དན་ན། ལྟག་པར་དན་བའི་ཚུལ་ལྟ་བུས། སྟིང་མིག་སྟོག་གསུམ་བ་  
 ཁོག་གསུམ། ཁྲི་དང་ནང་གི་གནས་མལ་དུ། བབས་ཚུལ་དབྱུང་བས་ལེགས་  
 སྟོས་ནས། ཁྲི་མཐའི་བཟང་དན་དབྱུང་བར་བྱ། ཐམས་ཅད་བརྟོད་དུ་མི་  
 ལང་བས། ཅི་རིགས་དཔེ་གཞན་ལས་ཤེས་བྱ། དེ་བཞིན་མདུད་བའི་རོ་  
 དང་། ལན་གྱི་ཁྱུང་བར་རྟེན་བཟང་དུ། སོང་བའི་ཚུལ་ལས་དེ་ལོ་ལས། །  
 སང་ཐོད་བཟང་སོགས་ཤེས་བར་བྱ། བཟང་དན་ལྟར་སྒྲུང་དཔེ་གསུམ་བསལ་  
 བཤད། བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་སོ་ཡན་དང་། བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གསུམ་སྟེ་གས་  
 མ་ན། བདུད་སྟོག་མཁར་མི་ཞིག་རྩི་ལྟ་ཡིན། མཁར་ཆེན་ནམས་གྱི་མོ་ལ་

བཟང་། །བཞི་བརྒྱད་ལི་ཡན་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་སྟིགས། །ཡུག་གིས་པ་  
 མཆོར་ཟིན་པ་ཡིན། །ཡུག་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །བཞི་བརྒྱད་མུང་  
 །ཁད་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་སྟིགས། །མཆོར་བྱི་སྟེ་ལས་ཐར་པ་ཡིན། །མི་  
 །ཁ་ཁ་ཕྱེ་ཅན་ལ་བཟང་། །བཞི་བརྒྱད་པ་སྐྱུམ་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་སྟིགས།  
 །མུང་བྱེད་ཀྱན་མོས་ཡུལ་གསུམ་བསྐྱུལ། །ཡུག་ས་གྲོང་མ་རྣམས་ལ་བཟང་། །  
 །བཞི་བརྒྱད་པ་ལྷི་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་སྟིགས། །གྲོང་ལམ་དུ་ཡོད་པ་ཁྱིམ་  
 །དུ་རྒྱུད། །གྲོང་ལག་ལེན་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བཞི་བརྒྱད་རྩ་དོ་ལི་ཡན་  
 །དང་། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་སྟིགས་མ་ན། །མུང་བྱེད་ལོར་བུ་ས་ལ་གཤམ།  
 །ཞིང་རྩེད་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །བཞི་བརྒྱད་རྩ་སྤྲར་གྲེས་སྟེ་དང་། །བཅུ་  
 །གཅིག་བཅུ་གསུམ་སྟིགས་མ་ན། །དམེ་པོའི་དམེ་གི་ལག་ལ་འཛིན། །པ་སྐྱུན་  
 །ནང་དམེ་བྱེད་ན་བཟང་། །བཞི་བརྒྱད་རྩོད་དང་ན་འཁེན་དང་། །བཅུ་གཅིག་  
 །བཅུ་གསུམ་སྟིགས་མ་ན། །ཁེར་བསྐྱེད་བྱེད་པ་དང་། །ཡུག་པོའི་ཡུག་བསྐྱར་  
 །བྱེད་པ་དང་། །ཡུག་རྒྱུ་བྱེད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །འདི་རྣམས་གང་དང་གང་  
 །བབས་པའི། །བཞི་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་གང་རུང་ལ། །དུངས་མའི་རྩི་ཕུ་རེ་  
 །དགོས། །འན་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་དབྱུང། །ལྟར་སྤངས་དན་ཀྱང་དམིགས་བསལ་  
 །དེར། །བཟང་པའི་མོ་བབས་ཡིན་པར་བཤད། །གཞན་མ་ཀྱན་ལ་དེ་མི་  
 །བཟང་། །ཡང་ལྟར་སྤངས་བཟང་ཡང་དན་པའི་མོ། །སྤངས་དུ་དུངས་སྟིགས་འདྲེས་  
 །པ་ནི། །གཞིར་བཞག་བཅུ་གསུམ་བབས་ཡུགས་ལ། །དིང་བརྒྱག་སྟོང་དུ་

མ་ཤོད་སྤྱབ་ཏུ་རལ། ཁྲེ་པ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། ཁྱེ་བ་ད་རོག་དཔུ་དབལ་  
 བརྒྱུག། གསེར་འབྲུ་མཁར་ཡལ་གསེར་འབྲུ་ཅན་ལ་ངན། གསེར་བྱ་ཉི་  
 རྣམ་མཁར་གོང་རེད། བརྩེ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། བརྩེ་བཀའ་ལོག་བྱེད་ན་  
 བཟང་། ཡར་དེད་བརྒྱུག་ཅན་བབས་པ་ན། ཉ་ཆེན་རྒྱས་ནས་འགྲིབ་པ་སྟེ།  
 བོན་བོ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། རབས་ཆད་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། ལྷ་ས་  
 ཅོད་པན་ཉི་ལྷ་སྐར་མ་གསུམ། སྤུང་རི་ནས་ཤར་ལྷགས་རིའི་མགོ་ལ་ཐལ།  
 བ་ཆེན་ཡ་རབ་མོ་ལ་ངན། བྲན་མི་རོ་གསུམ་པ་ཅན་ལ་བཟང་། ཁ་ལང་  
 འབྲུག་ལ་ཟེ་རྒྱས་ཉལ་འདོད་ཡིན། གྲགས་པ་ཅན་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། ལྷགས་  
 པས་གྲིའུ་གསོ་ཉིན་བཟང་། དཔུ་དག་བརྒྱ་གཅན་འཇའ་མཆོན་མཁའ་ལ་  
 ཡལ། ལྷ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། སྒོ་མ་ཆེན་སྟོང་ཉིད་སྒོ་མ་ན་བཟང་།  
 ལྷུང་ཆེན་ལྷུང་ཆེན་མཁའ་ལ་འཕུར། ལྷ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན།  
 མཛོ་ལྷུང་དགར་རྒྱ་དབུས་བསྟོད་ན་བཟང་། ཀླང་སྤར་བརྒྱུག་ཅན་སེང་གི་  
 རལ་རྒྱས་མཆོང་། ལྷ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། མར་བ་བྲན་ཀྱི་མོ་ལ་  
 བཟང་། ཞལ་འད་ཅེ་མ་རྟག་མོ་འཇུ་རྒྱས་འཕར། ལྷ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་  
 ལ་ངན། ལྷར་མ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། སྒོ་ཆེན་འདོད་བྱ་རྟ་སྤྲ་བརྟན་ནས་  
 རྒྱུག། ལྷ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། ཤིས་གཉེན་ཆེ་བའི་མོ་ལ་བཟང་།  
 རུ་སོད་དཔའ་དར་འབྲོང་རུ་རྒྱས་ནས་བརྟུང་། ལྷ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་  
 ངན། ལྷ་གཡག་བཅན་པའི་མོ་ལ་བཟང་། ལྷུང་བུ་བརྒྱུག་འབྲི་ལ་བེའུ་བཅས་

ནས་ཤི། སྒྲ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། ཡུལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །  
 བག་ཚེ་བརྒྱག་ཅན་ལུག་ཁྱུ་རྒྱས་ནས་བརྒྱག། སྒྲ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་  
 ངན། སྒྲ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །རེ་མེ་རྒྱ་ནེ་ར་ཁྱུ་རྒྱས་ནས་བརྒྱག། །  
 སྒྲ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །རབས་ཆད་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །ཚོལ་  
 ཚེ་ལུ་བརྒྱག་ས་འོད་མཁལ་ལ་ཡལ། །སྒྲ་གཞི་དྲུང་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །  
 མགར་བ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲུམ་ལུ་བརྒྱག་ན་རྒྱུད་གཡུ་འབིལ་གྱོན་  
 བས་བརྒྱག། གཤམ་མ་ཀུན་ངན་རྒྱན་མོ་རྣམས་ལ་བཟང་། །དཀར་ཐོག་སྒྲུན་  
 གསུམ་ཆེ་གཅིག་ནོར་བསགས་བརྒྱག། གཤམ་མ་ཀུན་ངན་དཔལ་པོའི་མོ་  
 ལ་བཟང་། །འདི་རྣམས་བཞི་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་ལ། །སྟིགས་མའི་རྩི་དུ་རེ་རེ་  
 དམོས། །དེ་གསུམ་བཟང་ན་གཏོ་མེད་ཡིན། །ངན་ན་གཏོ་ཡོད་པོ་ཡིན་ནོ། །  
 རྒྱས་པ་ཡིན་པས་གཏོ་ཆེན་མི་བྱ་ཞིང་། །ཤིད་སྟོན་མི་བྱ་ཆོར་མི་འཕེན། །  
 གསས་མཁར་མི་བཅིགས་གཏོ་ལ་ནི། །མི་རོ་གསེར་སྒྲུང་བྱིལ་པ་བྱིལ་སྒྲུང་  
 དང་། །གཅག་པའི་མདོ་སྒྲུང་མར་མའི་གཞི་སྒྲུང་གྲོག། །ཡོན་དུ་རེན་ཆེན་སྒྱུན་  
 པར་བྱ། །མ་རྟེན་སྒྲུ་སྒྲུང་གིས་ནམ་བསྒྲུལ། །ཟམ་སྒྲིེ་རགས་བཅུ་གསུམ་ཅན་  
 ཆད་སྒྲུད། །ཡོན་དུ་འོད་ཆེན་རྩིན་སྒྱུན་བྱ། །འཇམ་དཔལ་མང་འདོན་ཆེ་ཐར་  
 བཏང་། །ཡང་བཞི་དང་བརྒྱད་ལ་བྱ་ཡུན་དང་། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ཨ་  
 ཁད་ན། །དྲིད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡལ་བ་ཡིན། །སྟེ་བ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། །བཞི་  
 བརྒྱད་ཁྱུང་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། །ཁུ་ས་བྱ་ཡུན་བྱ་རྒྱན་ཆད་ནས་

བྱང། རྫོམ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། བཞི་བརྒྱད་སང་ཁམས་དྲངས་མ་  
 བཅུ་གཅིག་དང་། བཅུ་གསུམ་མཉུ་དྲུག་བདག་ས་ན། ཤང་ཤང་གཏོས་ཐག་  
 བཅད་བ་ཡིན། ཤལ་རིང་མགོན་པོའི་མོ་ལ་ངན། བཞི་བརྒྱད་ལྷི་ཕུར་བཅུ་  
 གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། ཤྱོད་ཕུར་ཁུ་བྱུག་ཡ་ཁ་བྱེ། སྤྱན་གཉིས་བ་ཡི་མོ་ལ་  
 ངན། བཞི་བརྒྱད་སྣོ་ཆོ་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། དམུ་དག་ཤིང་སྣོང་རྩ་  
 བ་ལོག་ཀླན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་ངན། བཞི་བརྒྱད་ལྷང་ཟེ་བཅུ་གཅིག་བཅུ་  
 གསུམ་ལ། བག་ཆོལ་བརྒྱག་ཅན་སྤྱན་ཁའི་མཆི་མ་ཡིན། ཤོ་སར་རྣམས་  
 ཀྱི་མོ་ལ་ངན། བཞི་བརྒྱད་རང་སྤྱན་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། ཤྱོད་ཕུར་  
 མོ་སྤྱན་ཁའོས་སྤྱག་གྲུ་ལེན། རྩུང་གསུམ་སྤིང་བྱ་འདེབས་ཉིན་ངན། བཞི་  
 བརྒྱད་སྤྱན་དིང་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། ལུ་ས་སྤང་མཐའ་བདུད་ལ་  
 ཤོར། སྤོག་ཕུ་གཞི་ཕུ་གཉིས་ལ་ངན། བཞི་བརྒྱད་ཕུ་བརྒྱག་བཅུ་གཅིག་  
 བཅུ་གསུམ་ལ། དཀར་ཐོག་མཚུན་ཀླན་ལུག་མགོས་བདུར། རྩང་བ་རྣམས་  
 ཀྱི་མོ་ལ་ངན། བཟང་པོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་འདི་རྣམས། ལོ་གཅིག་ཚུན་ལ་ངན་  
 བ་ཡིན། བཞི་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་གང་རུང་ལ། འཕྱིལ་བའི་མདུད་བ་གཅིག་  
 བབས་ན། རྩུང་ཟང་འགྲང་ཡང་སྤིང་བ་ཡིན། བཟང་པོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་  
 དབྱེད། མདོར་ན་བཅུ་གསུམ་སྤྱིང་དུ་ནི། བརྒྱག་ཆེན་ཉ་ཅང་བཟང་སྤེ་  
 བབས། མོ་ལོག་བཟང་འགྲིག་ས་བྱུང་བ་ན། བཟང་པོའི་ལ་བརྒྱལ་ངན་པར་  
 དབྱེད། འང་བ་འདྲ་འགྲིག་བྱུང་བ་ཡི། རྩེ་འཛིན་སྤྲིག་ས་ཀྱང་རང་རང་གི།



དམིགས་བསལ་རྣམས་ལ་བཟང་བ་སོགས། ཞིབ་ཏུ་བྱེ་སྟེ་ཁ་དམར་གདགས།  
 ཡང་སངས་དང་བྲག་དང་གཡུང་དྲུང་གསུམ། དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་དེ་ལ་  
 ཚོང་། བ་དང་སྤལ་པ་ལྷུང་དང་གསུམ། འིང་འིང་བྱ་ཤིང་དེ་ལ་ཚང་། གནམ་  
 དང་ས་དང་བར་སྣང་གསུམ། འིང་འིང་གཡུང་དེ་ལ་ཚང་། རྩོད་དང་གཤིན་རྩེ་  
 བེ་ཆ་གསུམ། སེ་སྟོད་གཉིས་སྒྱིལ་དེ་ལ་ཚང་། བྱེ་མར་དབུ་ཤུག་སྤྲུག་ཟན་  
 གསུམ། མང་ལེ་སྤྲུ་དམར་དེ་ལ་ཚང་། མེ་དང་ས་དང་རྩ་དང་གསུམ། ཞལ་  
 ཁད་རྩེ་མ་དེ་ལ་ཚང་། བག་མ་འོག་རྟ་གཡུ་འབྲུག་གསུམ། སྦྱུ་མ་ལ་ཁུ་དཀར་  
 མོ་དེ་ལ་ཚང་། སྦེར་མ་རེ་འབྲུམས་འབྲུག་པ་གསུམ། སྦུ་མ་སྦྱིར་སྦྱོར་བརྒྱག་  
 དེ་ལ་ཚང་། ལྷ་དང་དམུ་དང་གཙུག་དང་གསུམ། སྦྱོར་ཉ་ལ་གཡུ་གཤོག་དེ་  
 ལ་ཚང་། ཉི་མ་རྩེ་བ་སྒྲར་མ་གསུམ། ལུ་ས་ཅོད་པ་ཆ་དེ་ལ་ཚང་། སྦྱིན་དང་  
 བ་བུན་ཆར་བ་གསུམ། བག་ཚོ་བྲ་ཆེན་དེ་ལ་ཚང་། འབྲེལ་དང་མེ་ཆ་མེ་ཅོ་  
 གསུམ། ལྷུང་བར་མ་སྦྱུ་མ་དེ་ལ་ཚང་། ལྷ་དང་ལྷ་མ་དང་རྒྱལ་བ་གསུམ། སྦྱེས་སྦྱི་དྲར་བྱིལ་དེ་ལ་ཚང་། རོ་དང་ས་བདག་གསོན་པོ་གསུམ། རྩེ་ར་  
 མགོ་བརྟམ་དེ་ལ་ཚང་། ས་བདག་རྒྱ་དང་གཉན་དང་གསུམ། སྦྱོར་བར་ལིང་  
 གུན་དེ་ལ་ཚང་། འདི་རྣམས་བརྩུགས་ལ་བབས་ན། འཁྱེད་དང་གསུམ་  
 གྱི་བརྒྱག་ཚད་ཡིན། ར་རྒྱན་བརྒྱག་པའི་བརྒྱག་ཆེན་རིགས། བརྩུགས་  
 བབས་པ་ཁྱོགས་པར་དཀའ། བརྒྱག་ཆེན་བཅོན་སར་ཀེར་བབས་གྱི། བརྩུ་  
 གསུམ་དྲངས་མ་བརྒྱག་མེད་ན། གཞི་མི་འཕྱུག་བཅོན་དར་གཉིས་གཤོག་།

སྤྱིར་སྤྲུག་གསལ་གཅིག་དང་གཉིས་ལ་དབྱུང་། མོ་མདུད་སོ་སོའི་ཁམས་ལས་  
 བློ། མི་གཤིས་མི་གངས་གཞི་ཞིང་དང་། དར་རྒྱུད་ཅི་བྱུང་བཤད་པ་དང་། །  
 སྤྲུག་གསལ་བཅུ་དང་བཅུ་གཅིག་ལ། ད་གཞོད་བདེ་སྤྱད་ཅི་འབྱུང་རྣམས། །  
 མོ་གཞུང་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། གཞན་ཡང་གཞན་ས་པར་གྱི་ནི། བྱུང་  
 དང་སྤྱང་གི་སྤྱུ་མདུད་སོགས། གཞན་ན་གྲགས་པའི་རྣམ་གངས་ནི། མང་  
 མོད་འདི་རུམ་སྒྲོས་སོ། མོ་ཡི་གཤེག་ཆོག་འབྱུང་དུན་བཤད། དཔག་བསམ་  
 ཅེ་མོ་ཆད་པ་ན། རྒྱུ་མཆོའི་གཞི་མ་སྤྱང་བ་གཤམ། དེ་བཅུ་གསུམ་ལ་ད་ཀྱང་  
 གཅིག་བཟང་དགོས། རི་རབ་རྟེན་ནས་ཞིག་པ་ན། རྒྱུ་མཆོའི་ལྷོ་བ་མ་ཉམས་  
 དགོས། བརྒྱད་ལ་ད་ན་བཞི་དེ་བཟང་བ་ཡིན། རྒྱལ་པོ་སྤྱུས་དང་ཆས་པ་  
 བློ། དཔག་ལ་བྱ་ར་བྱས་ན་བཟང་། གཅིག་ལ་ད་ན་བཅུ་གཅིག་བཟང་བ་  
 དགོས། རྒྱུ་གོག་དམར་པོའི་ཆང་དོལ་ན། སྤྱང་ཆེན་རབ་བརྟན་ཡན་ན་  
 བཟང་། སྤྱི་ས་བཞི་ལ་ཁས་དྲག་བབས། གཞུགས་ཀྱི་སྤྱུ་གྲགས་ཀྱི་འདོད་ཀྱི་  
 བཟང་བ་དགོས། རྒྱལ་པོ་གདན་ནས་ཡ་རབ་ན། སྤྱང་པོས་རང་ཡུལ་བསྤྱང་  
 བ་གཅིས། བཅོན་ས་བཞི་པོ་ཞན་གྱུར་ན། གཅིག་འདི་བཟང་བ་གཅིས་པ་  
 ཡིན། སྤྲུང་མ་གྱི་འཛིན་ལང་བ་ན། དཔལ་པོ་སྤྱི་དུ་གཤམ་ན་བཟང་། སྤྱི་  
 སར་སོ་རིགས་མང་བ་ན། རང་སར་ལྷི་བུར་བྱོད་བུར་དགོས། བྱུ་ཡི་སྤྱུ་དེ་  
 འབྱུམས་པ་ན། སྤྱུ་ཅེ་ལ་ནི་སྤྱང་བ་བཅུ་གསུམ། ལོ་སྤྱི་སྤྲུང་ཀྱང་གཅིག་  
 བཟང་དགོས། བཅོན་པོས་ཤོད་མ་བྱས་པ་ན། ཁས་ཉེན་དཔུང་རྒྱུགས་བཟུང་

ན་ལེགས། །འཕྱོར་བ་བྲག་རིགས་མང་ན་ཡང་། །རང་སངས་བཏགས་པ་ཁས་  
 དྲག་རིགས། །རེ་རེ་ཙམ་ཞིག་བྱུང་ན་ལེགས། །དེ་བཞིན་གོང་ལོག་ཐམས་  
 ཅད་ཏུ། །བབས་ཚུལ་མ་ལུས་ལེགས་དབྱེད་དེ། །གཞི་ཁྱིའི་ལེགས་ཉེས་ཤེས་  
 བར་བུ། །གཉིས་པ་སྒྲོག་ཐུ་དབྱེད་པ་ལ། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྣམ་པ་གཉིས། །  
 དང་པོ་གཞི་ཐུས་ཁོག་བཟུང་ལ། །གང་གི་ལོ་མལ་དག་དང་ནི། །ཁོ་ཁོ་རྒྱན་  
 གཞིན་དང་བསྐྱུན་པའི། །རང་རང་ས་མལ་དག་དང་ནི། །གཙོ་བོ་སྒྲོན་པོ་བརྩེ་  
 སོགས། །རང་རང་རིགས་ཀྱི་ས་མལ་ཏེ། །མལ་མིག་རྣམས་སུ་བཟང་ངན་  
 གྱི། །མདུད་པ་གང་བྱུང་གཙོ་བོར་བཏགས། །གལ་ཏེ་བཟང་པོ་ཁེར་བབས་  
 སོགས། །སྤྱད་མེད་བྱུང་ན་བཟང་བར་བཏགས། །བྱུང་བར་བརྒྱུད་དང་བཅུ་  
 གཅིག་འདི། །སྒྲོག་གི་ས་ཡིན་དེ་དག་ཏུ། །གལ་བར་སྒྱིན་དིང་སྒྱེར་དཀར་  
 དང་། །དམུ་དག་བྱོད་སྤར་མ་ཆོ་སོགས། །བཟང་ཞིང་ཆུ་སྤར་ཏྲོང་དང་ནི། །  
 སྒོ་བརྒྱུག་ལ་སོགས་ཤིན་ཏུ་ངན། །གལ་ཏེ་ངན་ན་ཅེ་འཛིན་བཏགས། །དེ་ཡང་  
 ངན་ན་གཞི་འཛིན་བཏགས། །པན་ཚུན་སྤར་ལ་ཁ་དམར་གདགས། །བྱེ་བྲག་  
 ངན་པའི་དམིགས་བསལ་ལ། །འཇབ་སུ་བཙོ་བརྒྱུད་བཤད་པ་ནི། །སྤྱི་དང་  
 བྱུང་བར་སྤྱུ་སོགས། །གསོ་བའི་ཆོན་ཤེས་པ་གཅེས། །དྲིང་དྲིང་ལན་གྱི་  
 སོ་ཡོན་དེ། །སེང་གོ་དཀར་མོ་འབྲུག་ལ་འཇབ། །དེ་ཡང་སྒྲོག་གི་བར་ཆད་  
 ཡིན། །སོ་སངས་ལན་གྱི་སོ་བྲག་དེ། །བསེ་སྤང་ལ་འཇབ་པའི་བར་ཆད་  
 ཡིན། །ཡར་དྲིང་ལན་གྱི་སྤང་རལ་དེ། །དྲིང་དོམ་ལ་འཇབ་པའི་བར་ཆད་

[illegible]

ལུ་ཡོད་པས་ན། །བརྒྱུག་པ་རིམ་གྱོད་ཤག་རྒྱུ། །བརྟེན་ན་འཇབ་ལུའི་ཁ་ནས་  
 ཐར། །ཆོ་འཛིན་སྒྲོག་གི་རྫིའུ་ནི། །སོ་སོའི་དཔལ་དུ་གྱུར་པ་གང་། །ཁྱོད་ལུང་  
 ལན་དུ་དམུ་དག་སོགས། །འཕྱོར་བའི་ལན་དུ་འབྲེལ་བ་དང་། །གསོ་བསྐྱེད་  
 རྟེན་འབྲེལ་ཅན་རྣམས་བཟང་། །རང་ས་ཁྱི་ས་གང་དུ་ཡང་། །རོ་འཛིན་ཆོ་  
 བདུད་མ་བབས་ཤིང་། །གནས་མལ་བརྟན་ལ་མ་འགྱུར་ན། །སྒྲོག་ལ་བར་  
 ཆད་མེད་པར་བརྟག་ །དེ་ནི་སྤྱུ་ཡ་མའི་དབྱེད། །གཅིག་གཞི་འཛིན་མ་འཕྱོར་  
 མ་སྒྲུག་དགོས། །གཉིས་སྒོ་ཐེམ་རོ་ཁུང་མ་བྱེ་བཟང་། །ལུ་བརྒྱག་དུངས་མ་  
 གཡས་བརྒྱག་དང་། །སྒྱིན་དིང་དིང་དིང་དེ་རྣམས་དགོས། །བྱ་རལ་ས་སྒོ་བྱེ་  
 བས་བཅད། །ཡི་ཡན་བབས་ན་སྒྲུག་ཏོ་བྱ། །ལུ་སྟོན་བབས་ན་གྱི་པོ་བཀའ། །  
 །སྒྲུམ་རིགས་བབས་ན་རྩ་མདོས་བྱ། །སེ་སྟོན་འཛིན་པའི་ལག་གཟུགས་པོར། །  
 མ་ཟེ་བབས་ན་ག་བ་འཁོར། །ཁྱོད་ལུང་དོང་ཁ་བྱེ་བས་ན། །སྒོ་ཐེམ་དོང་མཐོ་  
 དོ་བ་བཞོས། །བྱིའུ་ཆང་གཉིས་དང་དར་ཆུང་གཉིས། །དེ་ནང་སྒྲུགས་ལ་མི་  
 གཉིས་ཀྱི། །རན་ཉེ་རན་ཡུར་བཟུང་ནས་མནན། །ཆུང་སྒྲི་མ་འཁར་ཟེར་བ་  
 ལན་གཉིས་བརྒྱག་ །གསུམ་བཀའ་ཉན་ཡིན་པས་གསལ་བ་དགོས། །བཞི་  
 ལ་གང་བས་རུང་བ་ཡིན། །དུག་མ་བང་བཟང་ལ་བརྒྱུང་བ་དགོས། །ཁྱོད་  
 རིགས་བབས་ན་འཇམ་དཔལ་འདོན། །སྒེ་ལོང་བཅོན་བྱ་བྱ་རལ་ལ། །བྱི་  
 བང་བཅོལ་ལ་བྱི་སྒྲུག་བཏགས། །ཡི་ཡན་བབས་ན་བྱེ་ཁོམ་བསྒྲོན། །སྒྲུ་  
 སྒྲུད་བཏགས་ལ་ལུང་ཁད་ན། །མི་ཁའི་ཟས་སྒྱིན་མེ་འགལ་དབང་བྱའོ། །སྒོ་

བརྒྱུག་བབས་ན་གཤོ་བྱ། །རེ་བའི་གོས་བསྐྱོན་བྱོད་ལུང་ན། །མ་ཡི་བང་  
ནས་ཐུ་ཡར་བས། །ཆེ་ཐར་བཏང་ལ་ཆེ་གཟུངས་འདོན། །མཆིག་ལྷེ་བདག་ས་  
པར་བྱས་ན་པན། །བདུན་པ་བང་ཡིན་པས་བསྐྱོད་དགོས་སོ། །བརྒྱད་བཟང་  
ན་བརྩེ་པ་བ་བྱེད། །དགུ་བཟང་ན་པོན་པོར་པ་བ་བྱེད། །བཅུ་བཟང་ན་མ་  
དང་ཕྱི་མོར་སྐྱབས། །རྩད་ཟད་ངན་ཀྱང་བཟོད་པ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་སྤུང་  
ངན་ན་བཟང་། །བཅུ་གཉིས་ངན་ཀྱང་མི་སྐྱོན་ནོ། །བཅུ་གསུམ་བྱོད་ལུང་  
བབས་པ་ན། །མི་ལ་བཟུང་འགྲོས་བྱེད་པས་ན། །ར་ལུག་ལ་སོགས་ཆེ་ཐར་  
བཏང་། །མཆིག་ལྷེ་གསུམ་བདག་ས་མཆིག་ཡུ་གསུམ་བཅན་བྱ། །མཆིག་  
བརྒྱུག་གསུམ་གྱི་ཟས་སྦྱིན་ལ། །མ་རབ་གསུམ་གྱི་མིང་བདག་ས་ནས། །དགེ་  
མ་དག་ལ་སྐྱབས་ན་པན། །གཉིས་དུག་བཅུ་གསུམ་བྱོད་ལུང་ན། །གཏོ་མེད་  
རེ་རེ་བབས་ན་གཏོ་བྱའོ། །བྱ་གི་རྒྱུ་གྱི་བྱ་སྦྱིས་དང་། །བྱ་མོ་གི་རྒྱུ་བྱ་མོ་  
སྦྱིས། །ཡ་མ་ནག་པོ་བྱ་བ་ཡིན། །བྱ་གི་རྒྱུ་བྱ་མོ་བྱ་པོ་ཡིན། །བྱ་མོ་གི་རྒྱུ་  
བྱ་སྦྱིས་དཀར་པོ་ཡིན། །དཀར་པོ་རྩད་ཟད་བཟང་ན་ཐུབ། །བྱ་པོ་བ་ཁོག་  
སྤྱིང་མིག་སྒོག་འཇམ་བཟང་། །དེ་གཉིས་བཅུ་གསུམ་འཇམ་ན་བཟང་། །གང་  
ལའང་བརྒྱུག་མེད་དུངས་མ་དགོས། །ནད་པ་སྦྱོང་བ་ཆེ་བ་དང་། །ཡ་མ་ནག་  
མོའི་མོ་ལ་ནི། །བཅུ་གསུམ་ངན་སྤྲིགས་བབས་ན་བཟང་། །གཅིག་ལན་གསུམ་  
དང་གསུམ་ལན་དུག །དེ་ལན་བཅུ་དང་དེའི་ཁ་འཛིན། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་  
གསུམ་གནས་མལ་དབྱེད། །གསུམ་པ་སྒོ་སྒྲུ་བདག་པ་ལ། །སྤྱིང་མིག་སྒོག་



གསུམ་བཟང་ངན་དང་། །ཁྱད་པར་འཕྲུལ་གྱི་ལེགས་ཉེས་ལ། །གསུམ་འདི་  
 སྒྲིང་དགའ་དང་པོ་ཡིན། །བདུན་འདི་སྒོ་ས་འཁྱུར་མེད་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་  
 ཅམ་སྤྲུག་ལེགས་ཉེས་ཡིན། །དེ་གསུམ་གཞི་རྩ་བྱས་ནས་སྤྱ། །གནས་གཞན་  
 ལའང་ཚུལ་བཞིན་བརྟག །ཁ་གསལ་སྒྲིང་དགའ་བབས་ན་བཟང་། །གལ་  
 བར་སྒྱུར་སོགས་བབས་ན་བརྟན། །འཕྲོར་བ་ངན་རིགས་བབས་ན་འགྱུད། །  
 ཐུག་སོགས་ནག་ཞོག་དབྱེ་བསལ་དཀའ། །སོ་ཡོན་སོགས་བབས་སྒྲོ་མི་  
 གསལ། །གསལ་བ་སྤྱེ་བཞི་བབས་ན་ལེགས། །སྒྲོ་བར་མ་སྒྲུམ་སོགས་བབས་  
 ན། །སྒྲོ་ཉེས་སྒོས་ཉེས་འོང་བ་ཡིན། །ལན་བཟང་གཞན་གྱི་སྒོས་བཟང་  
 སྒྲོན། །ངན་ན་གཞན་གྱིས་སྒོས་ངན་ཐུང་། །སྒྲིང་དགའ་བཅུ་དྲུག་བཤད་པ་  
 ལ། །འཕྲུང་འདོད་སྒྲིང་དགའ་བཞི་པོ་ནི། །ཡི་ཡན་སྒྲུམ་ལེ་བྱ་རལ་དང་། །  
 སུམ་མཉམ་བཞི་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། །འདི་བཞི་བབས་ན་འགྲོ་བ་ཤུ། །ཤོལ་བར་  
 འདོད་པའི་སྒྲིང་དགའ་བཞི། །གལ་བར་སྒྱུར་དང་ཐང་ལེ་དང་། །དམ་ཐག་  
 བཞི་ཡིན་འདི་བབས་ན། །བཤོལ་བར་འདོད་ན་བཤོལ་མ་ཐེབ། །ཐུབ་པར་  
 འདོད་པའི་སྒྲིང་དགའ་བཞི། །རུ་སོད་ལྷང་ཟེ་མ་ཟེ་དང་། །ན་འབན་བཞི་ཡིན་  
 དེ་བབས་ན། །དག་སོགས་ཐུབ་པར་འཁྱུར་བ་ཡིན། །དོན་ཡོངས་སུ་འཁྱུང་  
 བའི་སྒྲིང་དགའ་བཞི། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་གྲང་པོ་སྒྲོབས་ལྡན་དང་། །སྒྲོ་  
 ཚོ་ཐོད་དཀར་སྒྲེལ་གསེར་མགོ་དང་། །སྒྲོམ་བྱིར་ཕ་སྤང་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་དང་། །  
 གསེར་གྱི་འདབ་ཆགས་ལི་ཡན་གསེར་བྱ་བཞི། །རང་སར་བབས་ན་དོན་ཀུན་

ཡིད་བཞིན་གྲུབ། རྟེན་དང་ལྗོངས་གསུམ་པོ་ལ། རྟོན་གྲུབ་མེད་མགས་མ་གུང་  
 ཟེར། རྟོན་མ་རྣམས་སྤྲུངས་མའི་རིགས། བབས་ན་མི་སྟོ་ལམ་དུ་འགྲོ། །  
 བརྒྱུག་ཁ་བཟང་ལྷེ་གསལ་རིགས་བབས། མི་སྟོ་ལྟ་ཡིས་བསྟན་པ་ཡིན། །  
 དྲག་དང་དན་རིགས་བརྒྱུག་དན་བབས། མི་སྟོ་འདྲེ་ཡིས་ཁྲིད་པ་ཡིན། ལན་  
 དང་བསྟན་ལ་ཁ་དམར་གདགས། བཞི་པ་དོན་ལྷ་བརྟག་པ་ལ། སྤྱི་ལོག་  
 སྟོ་ལྷ་དང་མཚུངས་ཞིང་། གང་བསྐྱབ་འདོན་གྱི་ཁྱད་པར་གྱི། རང་རང་གནས་  
 མལ་གང་ཡིན་པར། མེ་མེད་བླ་རྟགས་བབས་པ་དང་། རང་ས་བཟང་ན་  
 དེས་པར་འགྲུབ། ཁྱད་པར་གྲོག་ལྷ་བསྟན་པ་ལ། བྱི་ས་གྲོག་གི་རྒྱ་ལམ་  
 ཡིན། རང་ས་གྲོག་གི་འབབ་ཡུལ་ཡིན། བྱིན་ལེན་ལག་པ་འཕྲོད་ན་བཟང་། །  
 བྱི་སར་གྲོག་བབས་རང་སར་འོང་། གྲོག་བྱིན་ས་ནང་དུ་ཁྱག་དོ་ཡིན། རྟིགས་  
 མ་བྱིན་ས་རང་སར་བབས། གཞན་དུ་འགྲོད་པ་མ་བབས་ན། རྟིགས་མའི་  
 བྱིན་ལེན་བྱ་བ་ཡིན། རྟེ་ལས་གོ་ལྷོག་པར་ལ་འགྲོ། ལྷུག་པོའི་བང་མཛོད་  
 ན་མེད་པ། མེད་པོའི་སྤྱང་ཁྱག་ནང་ཡོད་པ། ལི་ཡན་ལན་དུ་སྐྱུམ་བབས་  
 ཡིན། རྟེ་སོགས་གྲོག་ཐུན་དོ་ཡང་དབྱད། བྱི་སར་བྱ་རལ་ལི་ཡན་སོགས།  
 སྟོ་བཞི་བྱེ་ཞིང་རང་སར་གྲོགས། བབས་ན་དཀའ་ཆོག་ས་མེད་པར་འགྲུབ།  
 བྱི་སར་གལ་བར་སྐྱེར་སོགས་བབས། རང་ས་ཞན་ན་བསྐྱབ་པར་དཀའ། །  
 རང་ས་བཟང་ཞིང་བྱི་ས་ཞན། རྟེ་ལན་ལེགས་ན་བྱིན་ལེན་འཕྲོད། རྟེ་པར་  
 ན་འདི་བཞིན་དབྱད་བྱ་སྟེ། གཅིག་གི་སྐྱེར་བྱ་གཉིས་ལི་ཡན། གསུམ་ལ་



ཚོལ་ཚེ་བྱུང་བ་ན། །སྒྱུ་བ་ཀྱ་ཚེན་མོས་བྱིན་ལེན་འཕྲོད། །གཅིག་སྒྱུར་གཉིས་  
 གྱི་མེ་སྟོད་ལ། །གསུམ་པར་གང་བབས་བརྟག་བྱ་སྟེ། །གསུམ་ལ་རྒྱང་སྤར་  
 ལུག་ལྷ་ཐོབ། །གང་ག་དཀར་མེའི་བྱིན་ལེན་འཕྲོད། །ལྷུང་བརྒྱད་སྒྲུག་ཐོག་  
 མཛོ་ལྷ་ཐོབ། །བྱ་བྲ་མ་ལུའི་བྱིན་ལེན་ཡིན། །དེ་བཞིན་བཞི་ལྷ་དྲུག་སྟགས་  
 ལ། །བྱིན་ལེན་དབྱུང་བ་མང་མཆིས་ཀྱང་། །མ་བཟོད་རིག་བས་སྒྲོས་ཏེ་  
 ཤེས། །གཅིག་པ་བཟང་ཁིང་གཉིས་པ་ལ། །གཙོད་སྤར་སྒྲུན་དགུ་ལྷ་བྱ་  
 བབས། །གསུམ་ལ་ཁོར་གྱི་བླ་རྟགས་བབས། །བྱིན་ལེན་འཕྲོད་ཅས་དེ་ལ་  
 བྱ། །དེ་བཞིན་གནས་གཞན་ལ་ཡང་འགྲེ། །གྲོགས་གང་ཡོད་མདུད་པའི་  
 རིགས་ལ་བྱིས། །གསུམ་འདི་དོན་ཚོལ་གྲོགས་ས་ཡིན། །བཞི་འདི་གྲོགས་  
 གྱི་བླ་གནས་ཡིན། །འདི་གཉིས་བཟང་བ་ཤིན་ཏུ་གཅིས། །དཔེར་ན་གསུམ་  
 ལ་ཚོལ་ཚེ་བབས། །གྲོགས་ངོ་ཡིན་བས་བཟང་ན་ཡང་། །བཞི་ཡི་སྟེང་དུ་བྱ་  
 རལ་ན། །གྲོགས་ཁ་ན་ཡོད་པ་སྟེ་ཡིས་ལུལ། །བཞི་ཡི་སྟེང་དུ་ལི་ཡན་ན། །  
 །གྲོགས་ལག་ན་ཡོད་པ་འཆང་བར་བྱད། །བཞི་ཡི་སྟེང་དུ་སྟོ་བར་ན། །ཞག་  
 བེ་ཉ་མིག་ཙམ་ཞིག་ལ། །འགོང་པོ་གཡག་ཤད་ཙམ་ཞིག་འཁྲི། །གྲོགས་གྱི་  
 རྗེས་འབྲངས་གཞོད་བ་ཆེ། །དེ་བཞིན་གཞན་ལ་འད་ཅི་རིགས་སྒྱུར། །གསུམ་  
 ལ་བཟང་བབས་གྲོགས་ངོ་སྟེ། །རན་པ་གང་བབས་གྲོགས་གཙོད་ཡིན། །  
 །དོན་གྲུབ་གྲོགས་ངོ་བསྟན་པ་ལ། །ཁོར་ངོ་སྒྲུལ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་བབད། །ལྷ་ཡི་  
 དཀོར་མཛོད་སྟེ་ལྷ་ལ། །ཡར་ལྷང་བང་མིག་བརྒྱག་ཅིས་པ། །སྒྱུར་དཀར་

པདྨ་བརྒྱུག་ཀྱང་ཟེར། །དཔག་བསམ་གྱིང་གི་སྒྲོང་པོ་ཡིན། །སྦྱིར་རང་ས་  
གང་བབས་གྲོགས་ངོ་ཡིན། །ཁྱད་པར་གསུམ་དང་གཅིག་ལ་བཟང་། །གལ་  
བར་ཐོད་དཀར་ཞེས་བྱ་བ། །མེད་ཐུག་སྦྱག་པོ་བརྒྱུག་ཀྱང་ཟེར། །སྤང་ཆེན་  
ས་ལ་རབ་བརྟེན་ཡིན། །སྦྱི་དང་ཁྱད་པར་བཅུ་གསུམ་བཟང་། །ཤ་རིང་སྦོ་  
ཆེའི་སྦྱུམ་གཉིས་བརྒྱུག །ཤ་རིང་ལི་ཤག་ཁྲ་མོ་ཟེར། །ཡིད་བཞིན་ཞོར་བུ་  
རིན་ཆེན་ཡིན། །བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་དཀར་མོ་དེ། །ཤེལ་གོང་ཁྲ་མོར་ཐང་དཀར་  
བརྒྱུག །ཡོན་ཏན་འདོད་འཛོའི་བ་མོ་ཡིན། །ཁྱེ་བ་རང་ཤག་དཀར་མོ་ནི། །  
ལུ་ལྷ་རྒྱུད་ཀྱི་ཞགས་པ་ཡིན། །ལུ་ཡི་འབྲུལ་ཁེབ་རྣམ་བཞི་ནི། །སྦོ་ཆེར་གཉིས་  
བརྒྱུག་པ་ནི། །རྒྱ་བཀྲ་ལ་བྱུང་མཆོལ་མིག་བརྒྱུག །བསེ་བྱུང་སྦྱག་པོ་བཞི་  
སྒྲོར་ཡིན། །ཁྱད་པར་བཅུ་གཅིག་སྟེང་དུ་གཅིས། །བྱ་བུར་ར་ལ་བརྒྱུག་པ་  
ནི། །བག་བྱ་བུར་བྱག་ཅེ་སྤྲ་གམ་བརྒྱུག །དབུལ་སྟེར་དཀར་པོ་འཕྲ་མིག་  
ཅན། །ཁྱད་པར་བཅུ་གཅིག་སྟེང་དུ་གཅིས། །སྦྱིན་དོང་གཡུ་ཐོག་ཅིས་བྱ་བ། །  
གཡུ་འོད་གུར་བཀྲ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། །ཟེའོག་པང་ཁེབ་ཆོ་ལོ་རིས། །སྦྱིར་དཀར་  
ཁྲ་མོ་ཁོང་སེང་ནི། །ཤ་སྦོ་རྩི་ཐུབ་བཟང་པོ་ཡིན། །གཉན་གྱི་ཕ་ལོར་སྦྱ་དུ་  
ནི། །སྦྱིར་གྱི་བ་དམར་ལྗོ་སྦྱོར་བརྒྱུག །མ་སང་བསེ་ཡི་མཁར་ཆེན་ཡིན། །  
བྱ་ར་ལམ་བརྒྱུག་བུ་བརྒྱུག་འདི། །བྱ་ར་ལ་བསེ་བཀྲ་ཆེན་མོ་ཟེར། །ཤ་བྱུང་  
མར་གསུམ་བང་མཛོད་ཡིན། །ཁྱད་པར་གཅིག་ལ་བབས་ན་གཅིས། །ཤ་  
རིང་མ་བུ་གསུམ་ཀ་བརྒྱུག །བཀྲ་གསུམ་ནེ་མན་རིས་ཀྱང་ཟེར། །རྩུ་འབྲུལ་

སྤྱལ་བའི་ར་སྒྲག་ཡིན། །སྤྱེ་ལ་གཉན་དམག་བརྒྱུ་རྒྱལ། །སྤྱོ་ཐོག་རུ་ཐོག་  
 ཟེ་ཟེ་འདི། །ཁེ་ཆ་སངས་སྒྲག་རྒྱང་ཞེས་བྱ། །ཕྱག་སྤྱི་དྲིལ་ཞག་ས་འདོམ་དགུ་  
 ཡིན། །སྤྱམ་མཉམ་མ་བརྒྱག་ཐུ་བརྒྱག་ན། །བསེ་ཡི་ཁོང་བྱང་ཁྲ་མོ་ཡིན། །  
 རྒྱ་སྤྱར་རྒྱ་དོ་དཀར་མོ་ནི། །དར་སྤྱི་སེར་མོ་འགྲུ་གྲུ་ཡིན། །སང་བག་ཆོ་ལིང་  
 རྒྱག་ཁྲ་མོ་ནི།  མ་སང་ཁོང་དོར་བརྒྱད་པ་ཡིན། །རི་སེ་གྲུ་ནི་ཐུ་  
 བརྒྱག་དེ། །གཉན་གྱི་ར་ས་ཡུལ་བདུན་ཡིན། །ཀ་བྲག་བྱ་རལ་མ་ཐུ་བརྒྱག།  
 ཀ་བྲག་བསེ་བག་ཆེན་མོ་ན། །སྤྱལ་བ་ལ་རྒྱ་དཀར་མོ་ཟེར། །གཉན་གྱི་འབྲུལ་  
 གྱི་སྤྱན་བདུན་ཡིན། །འདི་རྒྱམས་བརྒྱལ་བ་བས་ན་བཟང་། །སྤྱན་ལ་མོ་ནོར་  
 སྤྱ་བདུན་ཡོད། །བག་བྱ་རང་ཉི་འོད་དཀར་དེ། །སྤྱན་འཁོར་གཡུ་ཡི་བྱག་  
 ཐོག་ཡིན། །དེ་ལ་མོ་ནོར་སྤྱ་བདུན་ནི། །དེ་རོག་མཆོ་རྒྱལ་རིང་ནམ་དེ། །ཡ་  
 མཆོན་གསེར་གྱི་ཡ་ཐོག་ཡིན། །རྩ་འབྲུལ་དེ་རོག་ཡབ་སྒྲས་བརྒྱག། །མགུལ་  
 གྱི་གཡུ་ལོང་སལ་སིལ་ཡིན། །ན་འབན་སྤྱར་ཆེན་ཁྲལ་ཁྲོལ་དེ། །བྲང་གི་  
 གཟི་མཆོང་ཐལ་ཁྲོལ་ཡིན། །སྤྱིར་ཕྱན་མཆོང་སྤྱིང་སྤྱག་པོ་དེ། །སྤྱར་སྤྱིང་གི་  
 མེ་ལོང་ཡིན། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་གཡུ་སྤྱན་དེ། །སྤྱོ་ཡི་ཨ་ལོང་ཆོམ་ཆོམ་ཡིན། །  
 སང་མ་ལ་དུན་བཏགས་དཀར་མོ་དེ། །ཐུག་གི་དུལ་དཀར་མོར་གདུབ་  
 ཡིན། །སྤྱ་རི་དགོ་ཅང་ཁྲ་མོ་དེ། །སྤྱན་རྟ་རག་པ་འགྲུལ་འབྲིལ་ཡིན། །དེ་  
 རྒྱམས་བརྒྱད་དང་བརྒྱལ་བཟང་། །ཐེའུ་རང་ཐུ་ནོར་སྤྱ་བཞི་ཡོད།   
 རྩི་ཐུར་ཐུང་བ་ཁྲག་ཤོག་དེ། །གནམ་ཕྱག་ས་རལ་གྱི་བསམ་མཆོད་ཡིན། །

~~ཀུན་མཁུན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།~~ གྲོ་ཆོ་བྱ་འདབ་བཟུང་བསྐྱོད་དེ། །བསམ་བྱིན་འཕྲུལ་གྱི་རྩ་ལྷགས་  
ཡིན། །སྤང་བེ་ཁ་ཡོང་དཀར་པོ་དེ། །སྤྲུལ་བའི་དྲོ་འཕྱོར་སྤྲེ་ཀར་ཡིན། །སྤྲུལ་  
དྲངས་མ་བྱ་ལ་བརྒྱག་སོང་བ། །སྤྲུལ་དཀར་སྤམ་བ་གཡུ་མིག་འདི། །སྤྲུལ་  
པའི་དབུ་ལྷ་གོང་དཀར་ཡིན། །འདི་རྣམས་དྲུག་དང་བདུན་ལ་ལྷག་པར་  
བཟང་། །སྤྲུལ་མོ་ལོ་རྣམ་བཞི་ནི། །བག་ཆོ་བྱ་གཉིས་བརྒྱག་བ་ནི། །ཆོང་  
སྤྲུལ་དཀར་མོ་བྱི་བྱི་ལང་། །སྤྲུལ་ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ཡིན། །བག་སྤུང་རྩ་  
བརྒྱག་སོང་བ། །རང་མ་ཁྲི་ག་ཤོག་བརྒྱག་ཀྱང་ཟེར། །དོན་ཡོད་ཞགས་པ་  
ལྷུང་ཟེན་ཡིན། ~~ཀུན་མཁུན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།~~ སྤྲུལ་ཁྲིམ་དུན་དུན་རྩ་དཀར་བརྒྱག་ །དུག་མེད་  
བདུད་ཅིའི་རྒྱལ་བ་ཡིན། ~~ཀུན་མཁུན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།~~ ལྷུང་རྩ་ལ་བརྒྱག་སོང་བ། །ལྷུང་  
བར་གསེར་རྒྱན་ཁོལ་དེ། །གསེར་གཡུ་རིན་ཆེན་གྲུ་གླིང་ཡིན། །འདི་རྣམས་  
ལྷག་པར་བཞི་ལ་བཟང་། །ཁོར་དོ་སྤམ་རྩ་རྩ་གསུམ་འདི། །ཁྲི་སར་ཤོར་དུ་  
མི་རུང་ཞིང་། །རང་སར་འདོད་དགུའི་འབྱུང་གནས་ཡིན། །ཡང་བདུད་ཅི་  
ཅན་གྱི་མོ་མདུད་བཙོ་བརྒྱད་ནི། །སྤྲུལ་བྲག་རང་རྩ་དཀར་མོ་ནི། །དམ་ལྷུ་མ་  
རྒྱལ་མོའི་དྲན་རྩ་ཡིན། །ལྷག་པར་བཙུ་ལ་བབས་ན་གཅེས། །ཀྱེ་བ་བག་ལེ་  
ཐེ་སྤྲུལ་བརྒྱག་ །ཀྱེ་བ་ལེ་ཁྲི་ལྷུ་མ་དཀར་ཟེར། །ཡེ་ཇེ་སྤོན་པའི་དྲན་རྩ་ཡིན། །  
དིང་དིང་གྲུར་བཀྲ་ཆེན་མོ་དེ། །བདུད་ཅི་གནས་ཞོད་ཀར་པོ་ཡིན། །སྤྲིན་དིང་  
ཉ་མིག་ཅག་ཅིག་འདི། །བདུད་ཅི་ས་སྤུལ་སྤུག་པོ་ཡིན། །འདི་ག་བཞི་ལ་  
བབས་ན་གཅེས། །དཀར་ཐོག་གསལ་བའི་སྤོན་མེ་དེ། །བདུད་ཅི་ས་ཡི་ཁ་

ཞག་ཡིན། །སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་ལ་བརྒྱག་པ་དེ། །དམ་ཡི་དྲན་ཆུ་གཙང་མ་ཡིན། །  
 འདི་ཉིད་བརྩུ་ལ་བབས་ན་གཅེས། །ཆོལ་ཆོད་ཀར་པོ་ལུ་གྲུ་སྟིང་། །འབྲས་  
 དཀར་སྒྲ་ལུའི་ལྗང་བྱ་ཡིན། །གསུམ་ལ་བབས་ན་དེས་པ་ཡིན། །སད་མུ་ལེ་  
 ཟུར་གསུམ་སྒྱུ་འཕྲུལ་དཀར་བརྒྱབ། །དག་སྒྲུའི་དྲན་ཆུ་གཙང་མ་ཡིན། །ཆུ་སྒྲར་  
 ལུ་བརྒྱག་ཆུ་དོད་ཀར་མོདེ། །གསེར་སྒྲུལ་སེར་པོའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །ལྷག་  
 དར་བཞི་ལ་བབས་ན་གཅེས། །སྒྱུ་དཀར་པ་མན་ཆུ་ཤེལ་དེ། །དམ་མཆོ་  
 སྒྲག་མེའི་ལ་ཞག་ཡིན། །ཁྱུང་བརྒྱད་ར་བརྒྱག་གྲུད་པའི་སྒྱི་ཐོག་ཟེར། །དཔག་  
 བསམ་ཅེ་ཡི་དམ་ཞག་ཡིན། །འདི་ཉིད་བརྩུ་གཅིག་བརྩུ་གསུམ་བབས་ན་  
 གཅེས། །བག་བྱ་རང་ཉིད་འོད་གྲུར་བཀ། །དམ་གཡག་མཁྲིས་པའི་བདུད་  
 ཅི་ཡིན། །འདི་ཉིད་བབས་ས་བཞི་ལ་གཅེས། །སྒྲ་བག་ཆོལ་ཆོའི་ལུ་ལ་བརྒྱག།  
 ཆོལ་ཆོའི་ཤག་དཀར་མོདེ། །རྒྱལ་ལུ་མཐིང་གི་དྲན་ཆུ་ཡིན། །བས་ས་དུག་  
 དང་བརྩུ་ལ་གཅེས། །སྒྱུ་མ་ཟེ་གཡུ་ཡི་ཆུ་མིག་དེ། །མ་སྒྲོམ་རའི་ལྷ་ཆབ་གེ་  
 རུ་ཡིན། །བབས་ས་པ་ཁོག་གསུམ་དུ་གཅེས། །དམ་བག་ཆོལ་ཆོའི་ལུ་ལ་  
 བརྒྱག། །དམ་བག་ལི་ཕྱིན་དུན་ཅེ་ཟེར། །དམ་ལྷུ་མ་རྒྱལ་མོའི་དྲན་ཆུ་ཡིན། །  
 སྒྲུར་གྱི་ཐང་ལེ་འོད་དཀར་འདི། །དོམ་ནག་མཁྲིས་པའི་བདུད་ཅི་ཡིན། །  
 བདུན་དང་བརྒྱད་ལ་བབས་ན་གཅེས། །སད་མ་ཟེ་སྒྲུང་མིག་འཁྲིལ་པ་དེ། །  
 གནམ་གཉན་དཀར་མོའི་དྲན་ཆུ་ཡིན། །སྒྲུར་དཀར་ལུ་ལ་བརྒྱག་གཉིས་  
 མོང་། །སྒྲུར་དཀར་པ་ནན་ཆོའི་དེས། །མིད་པ་རྒྱལ་མོའི་དྲན་ཆུ་ཡིན། །འདི་

ནམས་ཁྱི་སར་ཤོར་མི་རུང་། །རང་ས་དང་ནི་བྱད་པར་གྱི། །བབས་གནས་  
ནམས་སྤུ་ཁེར་བབས་ན། །ཁྱི་ས་ལད་ཀྱང་མི་སྒྲོན་ནོ། །ལི་ཡན་ཐུད་བར་རྩ་  
སྤར་ནམས། །འགོང་པོ་མི་ལ་སྤྱན་གསུམ་ཡིན། །མི་ལ་རང་སར་མ་བབས་  
ན། །གཞན་པ་སྤུ་ཀྱང་བཤིག་མི་བྱུབ། །མི་ལ་སྤྱན་གསུམ་རང་སར་བབས། །  
ཁྱི་སར་བདུད་རྩི་ཅན་བབས་ན། །བསེ་རག་ཐུག་ཞུགས་གཡང་ཁྱིར་འགོ། །  
མི་རབས་གསུམ་ལ་དབུལ་ཞིང་མོང་། །ཁྱི་ས་པོས་གསེར་གཡུ་བྲེ་ལ་འཇལ། །  
ཆ་བོས་ནོར་སྒྲལ་བེར་ག་བཟུང་། །རང་སར་བདུད་རྩི་ཅན་བབས་ནས། །  
ལན་བཟང་མི་རབས་གསུམ་དུ་དར། །ཁྱང་པོ་འཕན་ལ་དབུལ་པོ་ཐུག།  
གོག་ནོར་ཆེན་པོ་འབྱུང་ངོ་ཡིན། །ནད་པ་དང་ནི་ཆན་ཆོན་གྱིས། །ཁྱེགས་  
དཀའ་གཞན་མ་ཅི་བཏབ་བཟང་། །ཁྱི་མར་རི་ལྟར་སྤྱང་ངོ་ཡིན། །དེ་སྔགས་  
གོག་དང་ནོར་གྱི་ནི། །བྲམ་པུད་གང་བབས་དཔལ་གྱི་ངོ། །གཞན་ཡང་དོན་  
ཐུབ་གོག་ངོ་བསྟན། །སྒྲིན་དིང་ས་ནག་སྒྲུ་མཁར་ལ། །གཡུ་ཐོག་འོད་འབར་  
བཏན་པ་བརྒྱག། །དེ་ཡང་དོན་ཐུབ་གོག་ངོ་ཡིན། །དེ་བཞིན་གཞན་ལ་སྤྱར་  
ནས་སྤྱ། །བྱ་རལ་རྒྱུད་གི་གོང་བུ་ལ། །བྱ་རྒྱུང་མགོ་ཡི་ནོར་བུ་བརྒྱག། །སེ་  
སྤྱད་ཁྱག་གི་གོང་བུ་ལ། །དཀར་ཐོག་གཡུང་དུང་མཁར་རྩི་བརྒྱག། །ལི་ཡན་  
རྒྱུད་གི་འཁོར་ལོ་ལ། །རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་མེ་དྲོག་བརྒྱག། །སྒྲུམ་སྒྲོན་རྩ་བུ་  
ན་རྩུ་ལ། །བུ་བརྒྱག་སུམ་པ་གསེར་མིག་བརྒྱག། །སྒྲུམ་ཆད་རྩ་ཆད་དོང་རྩ་  
ལ། །བུ་བརྒྱག་སུམ་པ་རང་རྩ་བརྒྱག། །སྒྲུམ་ལེ་རྩ་སྤར་ཐོ་ལ། །བུ་བརྒྱག་

བ་མན་ཆུ་ཤེལ་བརྒྱག། །ཕ་སྒྲུམ་ཀན་མོ་མཆུ་ནག་ལ། །ནག་ཆུང་རིན་ཆེན་ཆུ་  
 ཐིག་བརྒྱག། །མ་ཟེ་རྒྱ་མི་རྒྱུང་རྒྱག་ལ། །གཡུ་ཡི་ཆུ་མིག་རིང་མོ་བརྒྱག། །དྲངས་  
 མ་གདོས་ཐག་བཏགས་འདྲ་ལ། །བྱ་བརྒྱག་གཡུ་སྒྲོན་ལྷ་མོ་བརྒྱག། །ཞལ་ཁད་  
 །ཁ་སྟོང་ལྷུ་སྟོང་ལ། །བྱ་བརྒྱག་གཏམ་སྒྲན་ཅེ་མ་བརྒྱག། །མུང་ཁད་མི་ཁ་གཏམ་  
 དན་ལ། །རིན་ཆེན་མེ་ཤེལ་དམར་པོ་བརྒྱག། །ཁྲིང་ཁད་སྒྲག་མོ་རྩོ་བྱུང་ལ། །  
 ཅན་མ་མཁའ་འོད་ཀྱི་ཅེ་མ་བརྒྱག། །བག་ལྷི་ཐིའུ་རང་རྒྱང་གཅིག་ལ། །རེ་མེ་  
 དང་པ་ཤུགས་ལྷན་བརྒྱག། །ཁྲིང་བྱུང་བྱུང་གཤོག་ཆད་པ་ལ། །བྱ་བརྒྱག་དཔུ་  
 མདངས་ཅི་ཐོག་བརྒྱག། །ཁྲིང་སྒྲུམ་མཉམ་སྒྱུང་མོ་ཁ་འཐམ་ལ། །བྱ་བརྒྱག་  
 གྲུག་མོ་མཁར་དཀར་བརྒྱག། །སོ་ཡོན་ནག་པོ་སྒྲིང་འགྱོད་ལ། །ཡིང་ཀུན་  
 དཀར་མོ་ཤེལ་དཀར་བརྒྱག། །སྒོ་བར་གྱོད་ཀན་མགོ་མེ་ལ། །ཞལ་རག་ཤེལ་  
 གྱི་སྟོང་པོ་བརྒྱག། །བག་ཆོ་བྱེ་སྒྱུ་སྒྲག་མེད་ལ། །ལྷོ་སྒྲིན་བྱུག་མོ་འཇའ་རིས་  
 བརྒྱག། །འདི་རྒྱམས་དོན་གྲུབ་གྲོག་ངོ་ཡིན། །ཁྱིམ་ས་བཅན་ས་རྒྱམས་སྒྱ་  
 གཅེས། །ལར་མོ་ཁོག་མི་སྒྱུ་སྒྲུམ་པ་དང་། །འགྱོད་སྒྲིགས་མེད་པར་དྲངས་  
 མ་བབས། །བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྟེ་བྱུང་བའི། །གྲོགས་ཡོད་དེ་ལས་ལྷོག་ན་མེད། །  
 ཞིབ་ཏུ་བཏགས་ལ་ཁ་དམར་གདགས། །གྲོག་ཞོར་གང་དང་ཅི་འབྱུང་བ། །  
 མགོན་བྱ་དང་ནི་འབྱུང་ཞིང་དབྱེད། །ལྷ་བ་དཀོར་དང་ཞོར་གྱི་བྱ། །བཟང་  
 དན་མཆོན་མ་བརྟག་པ་ལ། །སྒྱིད་དེ་བྱེ་བྲག་རྒྱམ་པ་གཉིས། །སྒྱི་བྱབ་བ་ཁོག་  
 རྒྱམ་གསུམ་དང་། །མཛོད་བཞི་རྒྱམས་སྒྱ་དཔལ་ཅན་བབས། །བྱི་སར་བཟང་

ཁ་མ་ཤོར་ཁིང་། བཅའ་ས་ཅེ་འཛིན་མ་ལད་ན། འཁོར་ཁོར་འཕེལ་བའི་རོ་  
རུ་བཤད། རང་སར་སྐྱུ་ཐིག་བརྒྱག་བཟང་བབས། བྱི་ས་ལད་ཅིང་མོ་  
ཁོག་བརྟན་ན་བཟང་། བྱུང་བར་སྐྱུ་ཁོར་མཛོད་བཞི་དང་། བྱུང་བར་བཞི་  
འདི་གལ་ཆེ་ལ། ལྷག་ས་སོགས་རང་རང་ས་མལ་དུ། སོ་སོའི་བླ་རྟགས་  
བཟང་སྟེ་བབས། འཁོར་ཁོར་འཕེལ་བའི་རོ་ཡིན་ནོ། བྱུང་བར་འབྱུང་མཁས་  
ཁིང་གི་ལྷ། གཅིག་འདི་ས་ཁིང་བརྒྱུད་ན་བཟང་། གཉིས་ས་ལུང་བཀྲམ་བ་  
འཕོར་ན་བཟང་། གསུམ་སྐྱོམ་སྐྱོན་ལྷ་ས་ལྷན་ན་བཟང་། བཞི་འབྱུང་དཀྲམ་  
སར་བརྒྱག་ན་བཟང་། ལྷ་གཤོལ་གྱི་མེད་སར་སྟེན་བཟང་། དུག་ལྡང་བུ་  
འབྱུངས་སར་བརྟན་བ་དགོས། བདུན་དྲུངས་སྟིགས་འབྱེད་སར་བརྒྱག་ཁ་  
དགོས། བརྒྱད་ལྡང་བུའི་སྒབ་འབྱུག་ལྷ་ས་ལ། བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྟེ་སྐྱུ་མ་བ་  
དགོས། འདུ་སྟེམ་ཨེ་མཛེས་ལྷ་ས་ལ། གསལ་བྱེད་བཟང་སྟེ་དྲུངས་མ་  
དགོས། བརྟུ་ཁིང་མིག་ཨེ་གང་ལྷ་ས་ལ། བརྒྱག་བཟང་དྲུངས་མས་གང་བ་  
དགོས། བརྟུ་གཅིག་ཁིང་ལྷ་ཆངས་བའི་ས། ལྷ་རོ་མཐོ་ཁིང་དར་ན་བཟང་། རྒྱུ་  
གཉིས་ལོ་ཐོག་ཟོར་བས་འབྲེག་བའི་ས། མི་བརྟན་མི་དར་ཁན་ན་བཟང་། རྒྱུ་  
གསུམ་ཁ་ལོ་སྐྱོགས་བའི་ས། ལོ་ནས་ལྷ་བྱི་རོ་ཐུག་མིན། ལྷ་ས་ཡིན་  
པས་བཟང་བ་དགོས། ལོ་ལ་མོ་བཟང་བབས་ན་ཡང་། ཆེས་ཐལ་མི་འབྱུང་  
བཟང་ཞེས་གྲགས། སྟེན་དིང་ཁིང་ཡིན་དིང་དིང་མཁར། སྐྱུ་མ་ཉམ་མོས་  
རོལ་སྐྱུ་མ་རིགས་རྒྱ། འཕྲུ་ཐག་ལྡང་བུ་ཆོལ་ཆོལ་བས། བྱོད་ལུང་ནས་སོགས་



ཤེས་པར་བྱ། །ངན་རིགས་བཅའ་སངས་མེད་སོགས་བརྟག་ །མདོ་བ་རྟེན་མོ་  
འདེབས་ན། །གཅིག་རྟེན་ཉོན་ལུང་བརྟན་ན་བཟང་། །གཉིས་ཁྱི་སྦྱང་འགྲུལ་  
ས་འཇམ་ན་བཟང་། །གསུམ་བྱ་མ་ཁན་དང་ནི་རྟ་རྩེའི་ས། །བཞི་བ་རང་ཁྱང་  
ས་མལ་ཡིན། །ལྷ་རྟ་བྲེས་སྒྲུབ་པའི་ས་མལ་ཡིན། །དྲུག་རྟ་བདག་མོ་ཡི་ས་  
མལ་ཡིན། །བདུན་པ་གསེབ་ཆེན་ས་མལ་ཡིན། །བརྒྱད་པ་རྟ་བདག་ས་མལ་  
ཡིན། །དགུ་པ་རྟ་མ་ཁན་དང་ནི་སྒྲགས་པའི་ས། །བརྒྱུ་པ་རྟ་ཡི་དམུ་དག་ཡིན། །  
བརྒྱ་གཅིག་རྟ་ལྟའི་ས་མལ་ཡིན། །བརྒྱ་གཉིས་རྟ་ཡི་དག་གའོན་ས། །བརྒྱ་  
གསུམ་ནམ་ལྟག་པན་མིན་བཟ། །གཅིག་བྱ་རལ་ལི་ཡན་རྟོན་ལུང་ལུང་། །  
ལུང་གསུམ་བབས་ན་རྟོན་ལུང་ཟུག་ །བྲག་རིགས་རྟ་བདུད་བབས་ན་འཆི། །  
སེ་རྟོན་བྱ་རལ་ཆུ་སྒར་དང་། །སོ་ཡོན་ལུང་ཁད་སོགས་བབས་ན། །རྟ་ཡི་  
གནས་མལ་འགྲུལ་བ་ཡིན། །གཉིས་མ་ཟེ་བབས་ན་ཁྱི་སྦྱང་འགྲུལ། །ལི་ཡན་  
སྒྱེན་དིང་མ་འགྲུལ་ལོ། །གསུམ་རྟོན་དྲུག་དམུ་བྲག་སོ་ཡོན་དང་། །སྒྲོ་བར་  
ཞར་བ་བབས་པ་ན། །རྟ་རྩེས་རྟ་ནད་སྦྱོང་ངོ་ཡིན། །བཞི་ལྷ་ས་མ་ཆོད་ལྷ་  
ཐག་སོགས། །བརྟགས་རིགས་བབས་ན་བྱ་བ་དེ། །སྦྱང་ནས་མ་ལུང་བཟང་  
བ་ཡིན། །འཕྱོར་བ་ཨ་ཁད་དན་རིགས་སོགས། །བྱ་བ་རྒྱུད་ནས་ལུང་བས་  
དན། །མོ་རྟོན་བཟང་ན་མི་འཆི་ཙམ། །ལྷ་ལ་ཁས་དྲག་མི་བཟང་ཁྱང་། །རང་  
ས་མ་ལད་ན་མི་སྦྱོན། །དྲུག་ལ་སྒྲིགས་མ་བདག་མོ་འགྱོད། །བདུན་བརྒྱད་  
ལད་ན་མདོ་བ་འཆི། །བདུན་ལ་སྒྱུམ་དང་ལི་ཡན་ན། །རྟ་མོས་མོ་ལུས་སྦྱང་

བཡིན། །བརྒྱད་དེ་ལྟ་ན་ངེས་པ་ཡིན། །རོག་སྐྱམ་རོག་པ་ལྷི་བྱར་དང་། །  
 བྲག་ཆེན་བབས་ན་ངེས་པར་འཆི། །བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་གར་བར་ན། །སྤྲ་  
 སྤྲ་ལག་མ་ཕྱེ་བཟང་། །དུ་ཐག་སྤྲ་ལག་མ་ཕྱེ་བཟང་། །བྱུང་བརྒྱད་ཏྲ་  
 དང་རྒྱ་མ་ཕྱེ། །གཞན་ཡང་དངས་མ་གང་བབས་བཟང་། །དགུ་ལ་ལི་ཡན་  
 ར་སྐྱམ་སོགས། །རྟ་མཐུན་ཁ་འབྱོད་སྟོང་སྟོང་ཡིན། །ཆོལ་ཆེ་བབས་ན་གོག་  
 རོ་ཡིན། །བྱ་ཡུན་བབས་ན་རོ་སོ་ཡིན། །ཨ་ཁད་དྲངས་མ་ཁ་པོ་ཡིན། །གཞན་  
 ཡང་དྲངས་མ་གང་ཡང་བཟང་། །བཅུ་ལ་བྱ་རལ་སྒོ་བརྒྱག་སོགས། །རྟ་ཡི་  
 དུ་དག་ཆད་པ་ཡིན། །བྲག་རིགས་དུ་དག་བདུད་ཀྱིས་བརྒྱས། །བཅུ་  
 གཅིག་དུ་དག་བྱ་ཡུན་སོགས། །མདོ་བརྟ་ཡི་དར་སོ་ཡིན། །བཅུ་གཉིས་མོ་  
 རོད་བརྒྱག་ཆེན་རིགས། །རྟ་གཟུགས་ཁྱི་ཡིས་བྱུང་བ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་  
 དྲངས་མའི་སྟེ་རིགས་བཟང་། །བྱུང་བར་བདུན་དང་བརྒྱད་གཉིས་པོ། །མདོ་  
 བརྟ་ཡི་ས་ཡིན་དབྱུང་། །རྟ་དང་ཀྱ་ཕུའི་མོ་འདེབས་ན། །སྒོ་ཡི་མཚལ་བྱ་སྐྱ་  
 ཤེས་དགོས། །དེ་ནི་སྒོ་ཆེ་མདོངས་བྱ་ཡིན། །སྒོ་ཆེ་རྟ་ལྟ་འཕུན་པོ་དགོས། །  
 རེ་སེ་ཀྱ་ལེ་སྒོ་རྟ་ཤེས་བྱ་དགོས། །སྒོ་བར་རྟ་རྩི་རྟ་པོ་དགོས། །དུ་དག་  
 རྟ་ཡི་སྤྲ་མདའ་དགོས། །བྱོད་ཐུང་དོ་རྟ་ཤོ་མོ་དགོས། །བྱ་ཡུན་རྟ་ཡི་ཁ་བྱར་  
 དགོས། །སྐམ་མཉམ་རྟ་ཡི་མགྲོགས་རྒྱ་དགོས། །རང་སྟོན་རྟ་སྐྱད་འཆོར་བ་  
 དགོས། །ཤ་རིང་རྟ་ཡི་ར་བ་དགོས། །ལི་ཡན་རྟ་ཡི་བང་རྩལ་དགོས། །ཡང་  
 བརྟ་སྟོན་བཞི་ཡིན། །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་རྟ་སྐྱེན་གསུང་དགོས། །དུ་དག་ལ་

རྟ་ཡི་སྒྲགས་མཁན་དགོས། །སྤང་ཟེ་ཕུ་ས་ལག་ཡང་དགོས། །ཤོ་དོ་རྟ་ཡི་  
གཡེར་ཕྱར་དགོས། །དེ་རྒྱམས་བདུན་དང་བརྒྱད་ལ་གཅིས། །རྟ་ཡི་གཡོན་  
ཆོག་རྒྱམ་ལྷ་ནི། །གསུམ་ལ་སྒྲོ་ཆོ་མདོངས་བྱ་དང་། །བདུན་ལ་དུ་དག་འབྲང་  
བྱ་དང་། །བཞི་ལ་སྒྲིན་དིང་གཡུ་ཐོག་དང་། །དུག་ལ་གར་བར་ཐོད་དཀར་  
དང་། །དགུ་ལ་སྒྲོ་བར་ལིང་ཀུན་ལ། །གང་བབས་གཡོན་ཆོག་ཁ་དམར་  
ཐོགས། །བརྒྱ་གཅིག་སྟེང་གི་ཨ་ཁད་འདི། །ཅི་བདེ་བ་བཟང་ཡང་རྟ་ཕུར་  
ངན། །རྟ་ལྷགས་ཁྱི་ཡི་འདྲད་ངོ་ཡིན། །བདུན་གྱི་བྱ་ཡུན་རོག་མོ་དེ། །རྟ་ཤ་  
ཁ་རྟས་འདྲད་ངོ་ཡིན། །བདུན་གྱི་དིང་དིང་སྒྲིན་ཐོག་དེ། །རྟ་ཡུང་ཁྱི་ཡིས་འདྲད་  
ངོ་ཡིན། །བདུན་གྱི་སེ་རྟོད་སྟོ་བརྒྱག་དེ། །རྟ་ཐག་ཐང་ལ་ཞམ་ངོ་ཡིན། །བདུན་  
གྱི་ཅེ་ར་རྒྱ་རུས་ངས། །རྟ་བརྒྱ་གཤམ་ལ་ཤི་ངོ་ཡིན། །བརྒྱ་གཅིག་བྱ་ཡུན་སྟོ་  
བརྒྱག་དེ། །རྟ་ཐོད་བྱ་ཡིས་བཏོག་ངོ་ཡིན། །གཞན་ཡང་རྟ་བདུད་རྟ་ལྟེ་  
རིགས། །མདུད་རྫོང་ནང་བཞིན་བརྟགས་ཏེ་སྒྲ། །རྟ་བཞི་གནག་གི་ཕུ་ལ་  
ནི། །བརྒྱ་དུག་བཞི་འདི་རིམ་བཞིན་དུ། །མོ་ཕུག་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གིས། །གསུམ་  
པ་བེལ་ཆུང་ས་མལ་ཡིན། །བདུན་བརྒྱད་མཛོག་ཡག་ཆེ་བའི་ས། །འདི་དག་  
རྒྱམས་སུ་བཟང་བའི། །སྒྲིར་དཀར་འབྲི་ཡི་བང་མཛོད་དགོས། །སྒྲིར་སྒྲིད་  
ཕུ་ཡི་བེལ་གདོང་དགོས། །བག་སྒྲིར་གཉེན་གྱི་བེལ་གདོང་དགོས། །སྒྲིན་དིང་  
གཡང་གི་ཕུར་པ་དགོས། །གསེར་བྱ་དར་གྱི་སྒྲིད་ཐག་དགོས། །ཆོ་ལ་ཆོ་འོ་  
མཆོ་དཀར་མོ་དགོས། །ཕུ་ས་བསེ་ཡི་ཐོ་བ་དགོས། །རེ་སེ་འབྲི་མར་སེར་མོ་

དགོས། །ད་རོག་རྒྱུ་མཆོ་གསེར་གཞོང་དགོས། །དིང་དིང་གཡང་གི་ར་བ་  
 དགོས། །ཡར་དིང་ཕུ་ཡི་བང་མཛོད་དགོས། །གལ་བར་དུང་གྲང་དཀར་པོ་  
 དགོས། །རུ་མོད་ལྷ་གཡག་དཀར་པོ་དགོས། །བྱ་རལ་བརྒྱག་བཟང་འབྲི་མཆོ་  
 གྲིང་དགུ་དགོས། །ཤ་སྒྲུམ་ལྷག་གི་མཛོཾ་དགོས། །ལར་སྒྲེར་རིགས་ཐམས་  
 ཅད་གནག་ལ་བཟང་། །གཡང་དཀར་ལྷག་གི་མོ་འདེབས་ན། །སྤང་ན་སྤེལ་  
 བའི་སྒོ་གསུམ་ཡོད། །གཅིག་འདི་ལྷག་རྩིའི་ལྷ་བའི་མིག་ །གཉིས་འདིར་དགུ་  
 གོག་རྒྱན་རོ་བརྟགས། །གསུམ་འདིར་ལྷག་རྒྱབ་འཕེལ་ལམ་བཟ། །བར་ན་  
 གནས་བའི་ལྷལ་གསུམ་ནི། །བཞི་དུག་བདུན་དང་གསུམ་པོ་ཡིན། །ལུན་འཆོ་  
 བའི་གཟས་རི་གསུམ། །དགུ་དང་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཅིག་ཡིན། །དེ་རྣམས་སྤྱ་  
 བཟང་བར་རིག་པས་དབྱད། །འདི་ནི་ལོ་རྒྱུག་སྤྱི་ལའང་སྤྱད། །ཁྱད་པར་  
 ལྷག་ཕུ་བརྒྱད་ལ་བརྟག །བརྒྱད་འདི་སྒོམ་རའི་ལྷག་ལྷས་ཡིན། །འདི་ལ་ལྷག་  
 གི་ལྷ་གསུམ་དགོས། །སྒྲིན་དིང་གཡང་སྒོ་འཕེལ་ཆེན་དང་། །སྒོ་མ་ཟེ་རུམ་  
 འཕེལ་ཆེན་དང་། །སྒྲུམ་མ་ཟེ་གཡུ་ཡི་རྒྱ་མིག་ཡིན། །ཡང་ན་བཟང་པོ་འདི་  
 རྣམས་དགོས། །ཁྱི་བྱར་བརྒྱག་ཅན་དམ་གཡང་འབེབས། །རུ་མོད་བརྒྱག་ཅན་  
 བདུད་གཡང་འབེབས། །བྱ་ལུན་བརྒྱག་ཅན་བཅོན་གཡང་འབེབས། །ཤ་རིང་  
 སྒོ་ཆོ་ལྷ་ཡིས་སྒོན་ལམ་བཟང་། །ཤ་རིང་བརྒྱག་ཅན་སྒོན་གཡང་འབེབས། །  
 གལ་བར་བརྒྱག་བཟང་ལྷག་ལྷས་ཅན་སྒོན་པོ། །ཁ་ད་རིགས་ལྷ་ལྷལ་ལྷ་ཡིས་  
 འཆོ། །ཅོར་བང་མིག་མིག་རྣམས་དགུ་གིས་འཆོ། །སོ་ཡོན་བྱ་ལྷན་ལང་ཏང་ཅོ། །

འགོ་རྒྱུད་མགྲོགས་པ་ཡིས་ལུག་ཁྱུ་འཕྲོ། གྲེ་བ་ད་རིག་གཡུང་དྲུང་གསུམ། །  
གང་བབས་ལྷ་ཁྱུ་མི་ཡིས་འཕྲོ། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་སྒྲེར་ཅུན་བརྒྱག་ །སད་མ་ལ་  
དུན་ཐག་བརྒྱག་དང་ནི། དོག་ཚང་ཁྲ་མོ་གང་བབས་ཀྱང་། །ལུག་ཁྱུ་ཐེར་  
མས་འཕྲོ་བ་ཡིན། །བྱ་བུར་གསེར་གྱི་ཡང་ཐིག་བརྒྱག་ །དིང་དིང་བརྒྱག་ཁ་  
རུ་ཟད་བརྒྱག་ །དུམ་དག་དྲུང་ཤ་སྒྲོན་ཁྱེར་བརྒྱག་ །བག་ཚོ་བཅུད་ཕྱེད་ཅུན་  
ཐིག་བརྒྱག་ །བྱ་ཡུན་ཉི་ཟེར་སྐར་མ་བརྒྱག་ །བག་མུས་སྒྲུན་མེའི་རོར་རྩོང་  
བརྒྱག་ །འདི་རྒྱག་གང་བབས་ལུག་ཁྱུ་རྒྱལ། །གཞན་ཡང་གཡང་དཀར་ལུག་  
མོ་ལ། །རྩོད་རིགས་ལུག་མཚོ་གླིང་དགྲ་བཟང་། །སད་ཚོལ་ཚེ་གཡང་གི་རྩི་ཅུ་  
དགོས། །དིང་དིང་བལ་གྱི་ཚོང་ཐག་བཟང་། །སྒྲོ་ཚེ་གསེར་གྱི་ཚོང་ཐག་བཟང་།  
དུམ་དག་གཡང་མེའི་བསྟར་ཐག་བཟང་། །དེ་རྒྱལ་སྤྱད་དང་བཅུ་ལ་གཅིས།  
སྒྲུམ་ངན་རིགས་ལུག་ལྷ་ས་ཁྱུ་ཡིས་ཁྱེར། །ཁུང་ཁད་ལུག་ལྷ་ས་མེ་ཡིས་ཚིག་ །  
བྱ་རལ་ཡི་ཡན་རླུང་གིས་གཏོར། །གསུམ་རྒྱག་བཞི་ལ་སྒྲུམ་སོགས་ཞོན་པ་  
ཅན། །ལུག་ལྷ་ས་སྤྱང་གི་ཁྱུག་སོ་ཡིན། །ལུག་ལྷ་ཁྱེ་སར་ཤོར་ན་ངན། །ར་  
ཡི་ས་ནི་བཞི་དང་ལ། །སྒྲི་ཐིག་ལུག་དང་མཚུངས་པར་དབྱེད། །བཞི་འབྲི་དང་  
ཀུན་ནས་མཚུངས། །སྒྲིར་བཏང་ཐུག་རྒྱལ་སྤྱང་ལ་ཡང་། །སྒྲོ་དོད་མར་དོ་  
འགྲོད་སྒྲོང་ངན། །བརྒྱག་སྒྲུམ་བརྟན་པ་གང་བྱུང་བཟང་། །གཅིག་འདི་ཐག་  
གི་ས་ཡིན་པས། །ཐག་གིས་ས་བཞོས་བདག་པོར་ངན། །གཉིས་པ་སྒྲོ་ཁྱེའི་  
ས་ཡིན་ཏེ། །སྒྲོ་ཁྱེ་རུ་ཟུག་བྱས་ན་ངན། །གསུམ་ར་མ་ཆར་གྱིས་དེད་ན་ངན། །

བཞི་བའི་སྒྲིབ་གྱིས་བཞོས་ན་ངན། །ལྷ་སྤང་གི་ས་བཞོས་བྱས་ན་ངན། །དུག་  
 བཞོན་འབྲིའི་གསེར་ཚོ་སྤོང་ན་ངན། །བདུན་འོག་རྟ་བྲེལ་གྱིས་ཞོན་ན་ངན། །  
 བརྒྱད་གཡང་དཀར་སྤྱང་གིས་བསང་ན་ངན། །དགུ་རྩི་འཕྲུག་མདུར་ལང་ན་  
 ངན། །བརྩ་ལྷག་ར་བདུད་གྱིས་མ་གཤོགས་དགོས། །བརྩ་གཅིག་ལྷ་གཡག་  
 མདའ་ཡིས་མ་བསང་དགོས། །བརྩ་གཉིས་མཛོམ་ཆོ་ཐོག་མ་རྒྱག་དགོས། །  
 བརྩ་གསུམ་གཏན་ནོར་མ་སྤྲོད་དགོས། །ལུང་བར་དྲེལ་དང་བོང་བུའི་བྲུ། །བྱ་  
 རལ་བྱི་ལ་སོ་ཡོན་པག །དེ་སོགས་སོ་སོའི་སྤྲུགས་རིགས། །བརྒྱག་ཁ་བཟང་  
 བོར་བྱང་ན་བཟང་། །ཁྱིང་དང་སྒོ་བརྒྱག་རིགས་བྱང་ན། །གང་བྱང་སོ་སོའི་  
 བདུད་ཆད་ཡིན། །སྤྱིར་གྱི་དཀོར་ནོར་མོ་ལ་ནི། །དག་ས་ཆག་ལ་གདོན་ས་  
 སྤོང་། །བྱིམ་ས་བཟང་ལ་ལྷ་ས་བཅན། །དཀོར་ནོར་བང་མཛོད་འཕེལ་ངོ་  
 ཡིན། །དཀར་ཐོག་སྤྲུག་ཐོག་ལ་སོགས་པའི། །མདུད་པ་གཡང་ཅན་རང་མལ་  
 བབས། །ལན་གྱིས་བྱོགས་ན་དཀོར་ནོར་འཕེལ། །སོ་སོའི་སྤྲུགས་མདུད་  
 པ་ནི། །གོང་འོག་ལས་བཤད་བཞིན་དུ་ཤེས། །ཡང་བདུད་ཅི་ཆད་གི་མོ་  
 འདེབས་ན། །གཅིག་ཆད་གི་སྦྱེད་ལུ་བརྩྭས་ས་ཡིན། །གཉིས་འདི་ཆད་ཆུ་  
 ཡེན་ས་ཡིན། །གསུམ་པ་པབ་ནས་སྤྱད་ས་ཡིན། །བཞི་འདི་ཆད་གི་བང་བ་  
 ཡིན། །ལྷ་འདི་ཆད་སྤོང་དུག་འདི་ནི། །སྤང་མ་གང་རྩོད་བལྟ་བའི་ས། །བདུན་  
 ཆད་མ་ཆད་ལ་བཅར་ས་ཡིན། །བརྒྱད་འདི་ཞིམ་མངར་ལྷ་ས་ཡིན། །དགུ་འདི་  
 ཆད་ཆུ་བསཔ་ས་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་དྲུང་སྒྲིགས་འབྱེད་ས་ཡིན། །བརྩ་གཅིག་

ཆང་མགོན་བསྐྱིག་ས་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་ཁ་བརྒྱག་གཏམ་ས་ཡིན། །སྒྱུམ་གྱི་  
ལུ་བརྒྱག་བཟང་སྡེ་རྣམས། །སྒྲིམ་པོ་ཆང་གི་ཐེང་མ་ཡིན། །ཆོལ་ཆེལ་སྐོག་ས་  
ཞིམ་མངར་ཡིན། །ཨ་ཁད་བཟང་སྡེ་སྒྲུ་དབྱུང་ས་ཡིན། །ད་རོག་བཟང་སྡེ་ཆང་  
མཆོ་ཡིན། །

༥ རྩལ་པ་མཆོར་ལུ་བརྟག་པ་ལ། །གཅིག་འདི་མཆོར་གྱི་གཞི་མ་ཡིན། །  
གཞི་མ་མ་འགྲུལ་བརྒྱུང་ན་བཟང་། །སྒྲིར་དང་སྒྲིན་དིང་གལ་བར་གསུམ། །  
ཡར་དིང་དིང་དིང་གཡུང་རྒྱུང་རྩལ། །སྒྲོ་ཆེ་ཆོལ་ཆེ་ལྷི་ལུར་དགུ། །བབས་ན་  
མཆོར་བརྟན་བརྒྱུང་བ་ཡིན། །རུ་སོད་འཕྱར་བ་བྱ་རལ་ཞིག །ན་འབན་འཕྲུག་  
ཅིང་ས་སྟོད་གོད། །སྒྲོ་བར་གྱོད་དང་ལི་ཡན་འཕོ། །ས་ཁམས་བརྟན་ཅིང་ལྷགས་  
ཁམས་འབྱིང་། །ཤིང་ལྷ་འབྱིང་སྒྲུང་རྒྱུང་ཁམས་གཡོ། །ཁྲུ་ཁམས་བབས་ན་  
ངན་ཞེས་བཤད། །གཉིས་མཆོར་སྒྲོ་དགཡོབ་འགྲུལ་ས་ཡིན། །མ་བཅོན་ཁས་  
དམན་བྱུང་ན་བཟང་། །གསུམ་འདི་མཆོར་གྱི་ར་བ་ཡིན། །བཞི་འདི་དཀོར་  
ཅོར་ས་མལ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་གཡུ་ཐོག་ར་བ་བརྟན། །ལྷ་དག་ས་ཐབ་དང་  
སྒྲིད་ལུ་ཡང་། །རྩལ་མོ་བརྩུན་ཁྱིམ་བདག་མོ་ཡིས། །འཕང་ཆ་མ་འབྲི་རྒྱོད་  
གསུམ་ས། །བདུན་པོ་ས་སྒོ་ལྷག་ས་སྒྲུན་ས། །བརྒྱུད་གྲོང་དཔོན་གནས་མལ་  
གོས་གྱིས། །མཆོར་སྒྲིང་འགྱུར་མེད་ཡིན་པར་བཤད། །དགུ་དག་ཟུན་སོ་  
པ་འདུག་ས་ཡིན། །མི་འགྱུར་མཆོར་གྱི་གཟས་རི་ཡིན། །བརྩ་གནམ་སྒྲོ་བརྩ་  
གཅིག་དག་སྒྲུང་ས། །བརྩ་གཉིས་དག་ས་བརྩ་གསུམ་ཁ་འཛིན་ཡིན། །ཐྱི་ས་

མ་དར་འཇམ་ན་བཟང་། །རང་ས་མ་རྒྱད་དར་ན་བཟང་། །མ་ཟེན་འབན་ལི་  
ཡན་སོགས། །ས་མལ་གང་བྱུང་དེ་ལ་ནི། །རྒྱུན་འོང་ཡང་ན་རྒྱ་ཞག་ནི། །  
གནས་ཀྱི་གངས་མཚུངས་དེ་དུས་འཛེར། །སོ་ཡོན་ཐབས་ཟངས་རྩི་འུམ་ན། །  
གནིས་ལ་བབས་ན་རྩི་འུས་འཆོས། །ལ་ཆོ་ཟོག་རྩི་དགུ་ལ་གཅེས། །སྒྲུམ་བྲག་  
རང་རྒྱ་དཀར་མོ་དེ། །བྱད་མེད་རྩི་འུ་དུག་ལ་གཅེས། །བྱ་རལ་བྱི་རྩི་གནིས་  
ལ་གཅེས། །སྤང་ཟེ་རྩིས་རྒྱུད་རྩི་འུ་བདུན་ལ་གཅེས། །སྒོ་ཆོ་མདོངས་བུ་རྩི་  
བཅུ་གཅིག་གཅེས། །བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་གནག་རྩི་བཞི་ལ་གཅེས། །ཆོ་ལ་ཆོ་  
ལུ་ལུ་ལུག་རྩི་བརྒྱད་ལ་གཅེས། །རྩི་འུས་བསྐྱུང་ན་གང་བསྐྱུང་བདེ། །ལར་  
དཀར་ཐོག་མཆོར་གྱི་རྩི་འུམ་ན། །ནག་ཐོག་མཆོར་གྱི་བདུད་ཆད་ཡིན། །རྒྱ་  
སྒྲུམ་མཆོར་གྱི་མཆི་མ་ཡིན། །ལུང་ཁད་མཆོར་གྱི་གཏམ་ངན་ཡིན། །སྒྲེས་སྒྲི་  
མཆོར་གྱི་ལེ་དེད་ཡིན། །བརྟུང་བ་མང་ན་བྲེལ་ངོ་ཡིན། །ཁས་བྲག་བརྟུང་ན་  
འཛིགས་ངོ་ཡིན། །གནིས་ལྷ་བཅུ་དང་བཅུ་གཅིག་གི། །འབྲ་འགྲིག་དབྱེད་བ་  
མང་ན་ཡང་། །ཏུ་ཅང་དོན་མི་ཆེ་བས་བཞག། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གནིས་སེ་སྟོང་  
དང་། །བཅུ་གསུམ་གྱི་ནི་སེ་སྟོང་དེ། །ཅི་བཏབ་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་། །བྱུང་བ་  
རྒྱུད་པོའི་མཆོར་ལྷུང་བཟང་། །མཛོ་རྒན་རྩ་བཟང་རྒྱུད་དང་འཕྲད། །ཡང་གཅིག་  
མཆོར་ལྷུང་མན་ངག་ལ། །ཉིན་ལ་འདུག་ན་ཐོ་དཀར་གཅེས། །ཉིན་གྱི་ཐོ་  
དཀར་བཅུ་གསུམ་ནི། །སྤང་དུ་དངས་སྒྲིགས་འདྲེས་འདྲེས་ནས། །བཅུ་གསུམ་  
དཀར་ཐོག་གཡུང་བྱུང་ན། །མཆོར་འཁོར་གསུམ་ལ་དག་མེད་ཡིན། །བཅུ་



གཅིག་པའས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །དེ་བཞིན་གཞན་མ་ཀྱན་ལ་སྒྱུར། །བརྩམས་པ་  
གར་བར་ཐོད་དཀར་ན། །མཆོང་འཁོར་གསུམ་ལ་དག་མེད་ཡིན། །བརྩམས་པ་  
ཡར་ལྡང་སྟག་འབྲུ་དང་། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་རུ་སོད་ལ་ཡེ་དང་། །ཕྱག་ས་ཁྲ་ཆུ་མས་  
བབས་མཆོང་གཉིས་དག་མེད་དོ། །ཀྱ་ཡེ་བྱེ་འཛུང་སྒྱུ་ཆུང་བུ་མ་པ་དང་། །  
སྒྱུ་སྒྲོན་སྒྲུང་ཟེ་ཁ་ལང་དང་། །བྱ་ཡུན་དབྱེད་དཀར་ཆབ་མིག་དང་། །དྲངས་  
མ་གཡུ་སྒྲོན་ཆོལ་ཆོན་མས། །བབས་ན་མཆོང་གཅིག་དག་མེད་དོ། །སྤྱི་བ་གྱི་  
ཐོན་གཤམ་བརྩམས་པ་ཞི། །གཅིག་གི་དིང་དིང་ལན་དུ་ཞི། །བརྩམས་པ་བརྩམས་  
གར་རུང་ལ། །བྱ་རལ་བྱ་ཡུན་གྲོ་མོ་དང་། །སྒྲུ་བག་རུ་སོད་ལ་ཡན་དང་། །  
དམར་ཐོག་སེ་སྒྲོད་བག་བྱ་ཡུན། །བག་ཆོ་བག་གི་སྒྱུར་དང་ཞི། །སྒྱུ་བག་  
ཆོལ་ཆོ་སྒྱུ་བག་ཁྲི་བུར་དང་། །སྒྲོ་བར་གར་རུང་བབས་པ་ན། །སྤྱི་བ་ཡོག་  
ནག་ན་དག་མེད་ཡིན། །སྤྱི་བ་གྱི་ཆུང་ཡོལ་མོ་ན། །ཟལ་དཀར་འབྲི་ཡི་ཅུ་  
ལ་སྒྲོར་ཐོས་བྱེད། །རྩ་ཆུ་སིལ་མ་དེ་ལ་འབྲུང་། །སྤྱི་བ་ཏུ་འདུག་ན་ཐོན་གཤམ་  
གཅིས། །ཉིན་སྤྱི་བ་བར་གྱི་ཐོ་ཁྲ་ཞི། །གཅིག་གི་སྒྲིང་དུ་སྒྱུ་དང་ཞི། །དམ་  
དག་བབས་ན་སྒྲུ་གཅིག་དག་མེད་ཡིན། །ཡང་ན་བརྩམས་པ་གཅིག་དག་གམ་བརྩམ་  
གསུམ་ལ། །མུ་ས་དང་ནི་སྒྱུར་བྱ་ཡུན། །ཡར་ལྡང་ཕ་ཆོག་ལ་བར་དང་། །ཁྲི་  
བུར་བྱོད་བུར་བྱ་བུར་དང་། །ཆོལ་ཆོར་སྒྲོན་རྒྱུར་སྒྲུར་ན། །སྒྲུ་བ་གཅིག་ལ་  
དག་མེད་ཡིན། །དེ་ཀྱན་བརྩམས་པ་ཆག་ན་ངེས། །གཉིས་བརྒྱུད་སྒྱུ་སྒྱུ་མ་  
ཡོག་ན། །མཆོང་ཁ་དྲོ་བར་ཁོ་ཐག་ཆོད། ། ༥ །བདུན་པ་མ་གྲོན་ལྷ་བསྟན་པ་

ལ། །ཤར་དུ་འགོ་བའི་དུས་ཀྱི་ཆོ། །གཅིག་པ་བཟང་ཞིང་གཉིས་པ་ཆགས། །  
 གསུམ་ལ་དོན་གྲུབ་གོག་དོད་གོས། །དེ་བཞིན་ལྟོ་དུ་བཞི་ལྟ་དུག། །ཅུབ་ཏུ་  
 བརྒྱད་དགུ་བརྒྱད་དཔོ། །བྱང་དུ་བརྒྱག་ཅིག་བརྒྱག་ཉིས་བརྒྱག་གསུམ་དབྱང། །  
 བདུན་འདི་གཏན་གྱི་སྒྲོ་སྟེན། །མ་འགྱོད་རང་ཚུགས་ཟེན་པ་དགོས། །གཅིག་  
 དང་གཉིས་ལ་ཟ་འཇལ་བབས། །གསུམ་ལ་བྱ་བརྒྱག་དྲངས་མ་ན། །ཤར་དུ་  
 དོན་ཆོལ་དོན་དང་འཕྲད། །དེ་བཞིན་ཀུན་ལ་སྒྱུར་བར་བྱ། །མགོན་ལ་ཤིན་  
 ཏུ་གཅིས་པ་ཡི། །མ་སང་འཕྱུལ་ཆ་སྒྲ་དགུ་དང་། །མགོན་ཡག་དར་མ་བརྒྱ་  
 གསུམ་བཤད། །མ་སང་འཕྱུལ་ཆ་སྒྲ་དགུ་ནི། །རྒྱ་རྒྱར་དུང་རྒྱོད་དཀར་པོ་  
 འདི། །ཆོན་གྱིས་ཐུབ་པའི་སེང་གེ་ཡིན། །ཅུང་ཟེ་ཁ་ལོང་ཆེན་མོ་འདི། །རྒྱད་  
 གྱིས་ཐུབ་པའི་གཡུ་འབྱུག་ཡིན། །ཁྱེ་བ་སང་དེ་ཨ་ཁད་འདི། །ཤག་གིས་ཐུབ་  
 པའི་ཡ་ཐོང་ཡིན། །བསམ་འགྲུབ་ཡིད་ཀྱི་པེར་གནི། །ཤ་རིང་སྒྲོ་ཆོ་བསམ་  
 འགྲུབ་ཡིན། །མགྲོགས་པའི་རྟ་མོ་བར་ཆེན་ནི། །མགྲོགས་པ་རེ་སེ་རྒྱ་དེ་ཡིན། །  
 ཅི་འདོད་ཁྲོལ་ཅི་ཁ་པོ་ནི། །བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་དཀར་མོ་ཡིན། །ཀར་བྱ་རམ་སྒྲུང་  
 གི་བརྒྱད། །ཆོལ་ཆོལ་ལུ་གུ་དཀར་པོ་ཡིན། །གནམ་ལྷགས་དཔལ་གྱི་རལ་གྱི་  
 ནི། །མཆོ་རྩ་སྒྲན་ཆེན་མོ་ཡིན། །ཀོ་ཡི་ཏུ་ལའི་ཐུབ་ཆེན་ནི། །གལ་བར་ལ་  
 སེ་དཀར་པོ་ཡིན། །མ་སང་འཕྱུལ་ཆ་སྒྲ་དགུ་པོ། །གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་བབས་  
 པ་ན། །ཆོས་གཅིག་བརྒྱག་ཅིག་ཉེར་གཅིག་ལ། །མགོན་པོ་ཆ་རན་དུས་ཆོད་  
 ཡིན། །གཞི་ཡག་དོན་གྲུབ་དག་སྟེ་ཡིན། །གཉིས་རྒྱུ་ཁ་རབ་སོའི་ཐུག་འཕྲད་

ཡིན། །གསུམ་རིམ་དོད་སྡུ་དགུ་ལོན་པ་ཡིན། །བཞི་སྟོན་པའི་ཁ་ཤར་གྲོལ་  
 བ་ཡིན། །ལྔ་ཉིན་སྒྲིབ་མཚམས་སུ་ཐུག་ཕྱད་ཤོད། །མི་འགྱུར་བ་ཡི་དགྲ་རོ་  
 ཡིན། །དྲུག་ལ་ཉོར་དང་འཕྱད་རོ་ཡིན། །བདུན་ལ་ཕོ་སྟོ་མར་ཁུ་འབྱེལ། །ས་  
 སྟོང་གསེར་དུ་སོང་བ་ཡིན། །དགུ་པོན་པོ་དོན་ཚོལ་ཡིན་ན་བཟང་། །གཞན་  
 ལུ་ལུ་འགོན་དགྲ་རོ་སྟེ། །ཉིན་མཚན་བར་གྱི་ཐུག་ཕྱད་ཡིན། །བརྒྱལ་བ་བས་  
 བ་གནད་དང་འཕྱད། །བརྒྱུ་ཚོགས་སུ་ལ་ཆ་རེ་རན། །བརྒྱ་གཅིག་མགོན་རེས་  
 གཅིག་གི་རྒྱུ་ཡིན། །བརྒྱ་གཉིས་ནང་ནོར་ཁོལ་དུ་བྱད། །རི་བླང་མཚམས་  
 སུ་ཐུག་ཕྱད་ཤོད། །བྱད་པར་བྱད་དུ་འགོན་ངན། །བརྒྱ་གསུམ་བྱེས་སུ་མགོན་  
 ཡག་ལ། །ཡུལ་དུ་བྱ་སྒྲུ་ཅི་བསམ་འགྲུབ། །ལར་མ་སང་འབྲུལ་ཆ་སྡུ་དགུ་  
 པོ། །རང་སའི་བཅོན་སར་བབས་བ་ན། །མགོན་རེས་གཅིག་ལ་དོན་ཀྱན་  
 འགྲུབ། །མི་འགྱུར་མགོན་གྱི་ལམ་ལྟ་ཡིན། །ཁྱི་སར་ཤོར་ན་མི་བཟང་རོ། །  
 ཡང་རྒྱ་པའི་མགོན་ཉེས་བཤད་པ་ལ། །བརྒྱ་གསུམ་སྟེང་གི་བབས་ལུགས་  
 བེ། །ལི་ཡན་བཅོན་ཡ་བརྒྱ་གཅིག་མགོན་ཉེས་ཡིན། །ན་འབན་གཉན་རྒན་  
 དེ་བ་དང་། །བྱ་རལ་སྟོ་བརྒྱ་གཞུ་ཁྱེ་མགོན་ཉེས་དང་། །སུམ་མཉམ་སྟོ་  
 བརྒྱ་གསུང་མའི་མགོན་ཉེས་དང་། །སྟུམ་རྒན་སྟོ་བརྒྱ་གཞུ་བང་མཛོད་མགོན་  
 ཉེས་དང་། །དུང་དག་སྟོ་བརྒྱ་གསུལ་པོ་གིར་གིས་ཉེས། །སོ་ཡོན་རྒྱང་སྤར་  
 ཆད་པའི་མགོན་ཉེས་དང་། །རུ་སོད་སྟོ་བརྒྱ་གསུལ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་གི་བའི་ཉེས། །  
 རྟོང་རིགས་སྟོན་སྒྲིབ་ངམ་གྱིས་བསད་མགོན་ཉེས། །ལུས་ཤོར་བྱང་མཁར་

བཅོན་དགས་ཁྱེར་ཉེས། སྦྱིར་སྦྱོང་སྦྱོང་བརྒྱུག་གིར་ཤིའི་མགོན་ཉེས་ཡིན། །  
 དེ་སོགས་ཏྲུང་དང་ཆར་བསྒོ་བརྒྱུག་སོགས། །མདུད་ངན་པལ་ཆེར་སྦྱིར་བཏང་  
 མགོན་ཉེས་ཏེ། བྱིས་དར་ན་བཙུག་སྐུམ་ངན་ཀྱང་བཟང་། །ཡང་མགོན་གྱི་  
 བསྐྱུ་བ་རྣམ་ལུ་བཤད། །གཉིས་ཆོལ་ཆེའམ་སྐུམ་མཉམ་གཡས་བརྒྱུག་ལ། །  
 གསུམ་ལ་སོལ་བྱ་བྱོན་ན། །མགོན་པོས་མགོན་པོ་བསྐྱུས་བ་ཡིན། །བཞི་  
 ལ་ཆོལ་ཆེ་སྦྱོང་བརྒྱུག་དང་། །ལུ་ལུང་བར་བྱ་བྱོན་སྦྱོང་བརྒྱུག་ན། །ངམ་གྱི་སྒྲུང་  
 ལུས་སྦྱོན་བ་ས་འོག་བསྐྱུས། །བརྒྱད་ལ་ཡར་ལུང་བར་མིག་དང་། །དགུ་ལ་  
 སོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་ན། །མགོན་པོ་སྦྱ་ཁྱིད་དག་གིས་བསྐྱུས། །བདུན་ལ་སྦྱུམ་  
 ལུ་ཆོལ་ཆེ་དང་། །བརྒྱད་ལ་སྦྱ་བྱུག་བྱ་རལ་ན། །མགོན་པོ་ནང་བསྐྱུས་བྱེད་  
 རོ་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་ཆོལ་ཆེ་སྦྱོང་བརྒྱུག་དང་། །དུ་ལ་ཤ་རིང་སྦྱོང་ཆོན། །མགོན་  
 པོ་ཤ་བས་བསྐྱུས་བ་ཡིན། །ཁྱི་ཐོད་སོགས་སུ་དག་བྱུབ་བྱ། །ཡང་བཟང་བའི་  
 སྦྱ་ཁྱིད་རྣམ་བཞི་ནི། །གཅིག་གི་ལྷོ་ལུར་སྦྱོན་པོ་དེ། །དྲུང་ཁྱད་ཀར་མོས་ཤར་  
 དུ་སྦྱ་ཁྱིད་བྱས། །བཞི་ཡི་སྐུམ་མཉམ་སྒྲུག་མོ་དེ། །རི་སྦྱང་སྦྱོན་མོས་ལྷོ་དུ་སྦྱ་  
 ཁྱིད་བྱས། །བརྒྱད་ཀྱི་བྱ་བྱོན་ཁ་ལེ་དེ། །ཁོ་རྒྱུ་ནག་པོས་ལུ་བཙུ་སྦྱ་ཁྱིད་བྱས། །  
 བཙུ་ཡི་བྱ་ལུན་དཀར་མོ་དེ། །སྦྱ་ག་ཁ་མོས་བྱང་དུ་སྦྱ་ཁྱིད་བྱས། །འདི་རྣམས་  
 མགོན་རེས་གཅིག་གི་རྫི་ལྷུ་ཡིན། །ཁྱུང་པར་དེ་སྦྱོགས་འགོན་བཟང་། །དེ་  
 སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་བ་རྣམས། །མ་བརྗོད་རིག་བས་འབྲུལ་ཤེས་བྱ། །ཡང་  
 མགོན་ཡག་དར་མ་བཙུག་སྐུམ་བཤད། །བཙུག་སྐུམ་མ་རྒྱུང་བྱོད་ལུར་ན། །

གཡའ་སྤངས་མགོན་ཡག་ཁྱིམ་དུ་སླེབ། །བཅུ་གསུམ་ཤང་ཅེ་རུ་དཀར་ན། །སྒྱུ་  
 ཁྱུ་མགོན་ཡག་ཁྱིམ་དུ་སླེབ། །བཅུ་གསུམ་རུ་སོད་ཁ་ལེ་ན། །ཕོ་རོག་མགོན་  
 ཡག་ཁྱིམ་དུ་སླེབ། །དེ་བཞིན་བཅུ་གསུམ་གནས་དག་ཏུ། །རྒྱུ་སྤངས་རུ་སོད་  
 རུང་སེང་མགོན་ཡག་ཡིན། །ཁྱུང་བརྒྱུད་མཆོལ་ཐིག་རུང་ཁྱུང་མགོན་ཡག་  
 ཡིན། །རྩེ་ཐེ་ཁ་ལང་གཡུ་འབྲུག་མགོན་ཡག་ཡིན། །བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་གཡམས་  
 བརྒྱག་ཐང་དཀར་མགོན་ཡག་ཡིན། །དུམ་དག་གཡམས་བརྒྱག་རྒྱལ་བུ་མགོན་  
 ཡག་ཡིན། །རང་ཤག་དཀར་མོ་སྒྲེལ་དཀར་མགོན་ཡག་ཡིན། །རྩེ་ཁྱི་ཤོག་  
 བཀ་རེ་འབྲུམས་མགོན་ཡག་ཡིན། །གསེར་གཞོང་ཁྲོ་རུང་བ་མགོན་ཡག་  
 ཡིན། །སྒྱིན་དེང་གཡུ་ཐོག་གསེར་སྒྲེལ་མགོན་ཡག་ཡིན། །ཅེ་ར་ཐང་ཐོག་  
 དག་སྒྲུ་མགོན་ཡག་ཡིན། །མགོན་ཡག་བཅུ་གསུམ་འདི་བབས་ན། །བྱེས་  
 རེས་གཅིག་ལ་དོན་གྲུབ་ནས། །སྤྱང་ཡང་རང་གི་ཁྱིམ་དུ་སླེབ། །མགོ་ཐོན་  
 ཡང་དག་དེ་ལ་ཟེར། །གཞན་ཡང་ཆོལ་ཆེ་ལུ་གུ་གཟིག་མོད་དང་། །སྒྲུམ་མཉམ་  
 སྒྲུག་མོ་རུང་སྤྱང་མགོན་ཡག་དང་། །ཁྱེ་ཁད་ཅེ་མཆྱུ་སྒྲུག་མགོན་ཡག་དང་། །  
 གུ་ཡེ་བྱེལ་ཆང་སྒྲོན་བ་མགོན་ཡག་དང་། །བྱ་རལ་རེན་ཆེན་ནོར་བུ་མགོན་  
 ཡག་དང་། །སྒྲོ་ཆེ་མདོད་བུ་རྟ་མཆོག་མགོན་ཡག་དང་། །ཡར་ལྗེད་དཔའ་ཐོ་  
 ལྷག་གཡམས་མགོན་ཡག་དང་། །དཀར་ཐོག་གཡུང་རུང་སེང་མ་མགོན་ཡག་  
 དང་། །གཡུ་བར་ཐོད་དཀར་སྤྱང་ཆེན་མགོན་ཡག་སོགས། །བརྒྱག་བཟང་  
 གཞན་ལའང་མགོན་ཡག་བཤད་བར་སྤྱང་། །མགོན་ལ་དག་ངོ་ཡོད་མེད་

དབྱད། བྱིས་གཡུལ་བཞི་གང་དག་ཏུ། ཁྲིད་དེད་དག་ལམ་དར་བས་འཇམ།  
 སྒྲིན་དེད་དག་མགོ་དོ་ཡིས་མནན། སྒྲུམ་རིགས་དག་པོ་བྱད་མེད་ཟེད། བག་  
 ལྷི་དག་པོ་རྒྱང་ཐང་ཟེད། བག་ཆོ་དག་པོ་བག་མར་སོང་། ལེ་ཡན་དག་ཡུལ་  
 ལྷག་མས་བཏབ། སོ་ཡོན་དག་པོ་མིག་གཉིས་ལོང་། སེ་སྟོད་དག་མིག་བྲག་  
 གིས་བཅར། སྒྲུམ་རིགས་དག་པོ་གཉིད་ཏུ་སོང་། བྱ་རལ་དག་པོ་སྒྲིའི་  
 སོང་། ཆོལ་ཆེས་མཐའ་ལྷགས་གྱིས་བསྒྲོར། དག་སྟིང་མར་བས་འཇམ་པ་  
 ཡིན། འཕྱོང་ཁམས་དག་ལ་ཐོག་གལ་བྱུང་། མགོན་པོ་འཕྱོང་འཕྱོག་བྱེད་  
 རོ་ཡོད། ཁ་སྒྲུམ་དག་སྟིང་རམ་གྱིས་བརྒྱས། ལུང་ཁད་དག་པོ་སྒྲིེ་སྒྲགས་  
 འདོན། འདི་རྒྱམས་བབས་ན་དེ་སྟོགས་སྟུ། དག་མེད་ངེས་པའི་གཏུན་ཆོགས་  
 ཡིན། ཡང་ལྷ་ལ་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ན། དབྱང་ཉུང་མགོན་པོ་ལྷ་ལ་དཀར། །  
 བརྩ་གཉིས་དམ་དག་བྱི་ལམ་དམའ་བས་དྲང་། ཁྱོད་ལུང་དག་མིག་ལུང་གྱིས་  
 ཐེབ། དེ་རྒྱམས་དག་མེད་དམིགས་བསལ་ཡིན། བརྩ་གསུམ་བཟང་ན་གིན་  
 ཏུ་ངེས། བྱིས་ར་ཁས་དྲག་བརྒྱག་བཟང་བབས། དག་རོ་ཡོད་པས་རིམ་གྱོ་  
 བྱ། །

མགོན་པོ་འདི་དོན་དོ་དབྱད་པ་ལ། སྟིང་མིག་སྟོག་གསུམ་བྱ་བརྒྱག་གསུམ། །  
 མགོན་རེས་གཅིག་ལ་དོན་གསུམ་འགྲུབ། བ་ཁོག་རྒྱམས་གསུམ་བྱ་བརྒྱག་  
 གསུམ། མགོན་རེས་གཅིག་ལ་དོན་གཉིས་འགྲུབ། དོན་བྱ་འབྲུལ་གྱི་ལྷེ་ལུ་  
 མིག་བཤད། ཁྲིད་དེད་གོས་དར་རེ་བ་དང་། ལྱུང་བ་བྱིང་བ་སྒྲུའི་དོ། ཁྲིད་

དིང་ལུ་བརྒྱུག་བྱུང་བ་ན། ཁོས་ལ་རི་མོ་གྲུ་གྲུའམ། །སྤྱེ་རས་རྟགས་མཚན་  
 ཅན་གྱི་དོ། །སྤྱོ་ཆོ་རྟ་ལ་བྱུང་བརྒྱུང་མདོ། །སྤྱིར་དཀར་འབྲི་ལ་ཆོལ་ཆོལ་གྱི།  
 བག་ལྷི་ར་ལ་ལུ་བཀྲ་བའི་ལ། གཤམ་བར་སྤྱང་ལ་ཅེ་ར་མཚོན། །གསེར་བྱ་དཔུལ་  
 ཆབ་གཡུ་ཐོག་སོགས། གསེར་དཔུལ་གཡུ་སོགས་རིན་ཆེན་དོ། །ཡང་བྱ་བྱར་  
 རིན་ཆེན་གསེར་དཔུལ་དང་། ལེར་པོ་རི་མོ་ཅན་གྱི་དོ། །རྟ་བྲ་ནག་མདངས་  
 རིས་ཅན་ཡང་ཡིན། །སྤྱུ་མ་རྒྱུ་བུ་མ་པ་མདའ་ཡི་དོ། །ཡང་ན་མོ་བཙུན་དར་  
 མའི་ཆས། །སྤྱོན་པོ་སྤྱུ་རིས་ཅན་ཡང་ཡིན། །ལུ་ས་ཡ་རུ་དེལ་དཀར་འདི། །  
 ཤིང་ལས་བྱུང་དང་དར་ལྷང་དོ། །སོ་ཆས་རྫོན་པོ་རས་གོས་དང་། །སྤྱེ་གངས་  
 ཅན་དང་བྲ་པོའི་རིགས། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་གཡག་གི་དོ། །རྩ་ས་ནག་གོས་ནག་  
 ཟངས་ནག་ཡིན། །ལྷང་ཟེ་ཁ་ལང་རྟ་རྒྱུང་དང་། །ལྷགས་རིགས་རྒྱལ་གདོན་  
 འབྲི་བའི་རྩས། །དམར་སེར་སྤྱུ་རིས་མི་གཅིག་གསུམ། །ཆོལ་ཆོལ་གྲུ་ལྷགས་  
 རིགས་དང་། །ལྷགས་རི་མོ་ཅན་དང་ཤིང་ལྷགས་སྤྱད། །སོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་  
 གོས་གྱི་དོ། །མདའ་མདུང་མཚོན་གྱི་པོས་ཤིང་ཡིན། །སྤྱོ་ཆ་ག་སོགས་ཡུ་མེད་  
 དམ། །ཡང་ན་དམེ་མཚོན་ཟེར་བའི་རིགས། །དཀར་ཐོག་གཡུང་བྱུང་བྱུང་  
 དཀར་དང་། །དྲོར་དེལ་ལ་སོགས་སྤྱུ་ཆའི་རིགས། །འོད་ཅན་རི་མོ་ཅན་ཡང་  
 ཡིན། །བྱ་བྱར་གསེར་ཐིག་རྒྱལ་པོའི་མཛོད། །སྤྱིང་ལོར་རྩས་དང་བྱུང་ཅན་  
 ཡིན། །མ་ཟེར་མ་ཐིག་ཟངས་དཀར་བྲ་དཀར་དོ། །བན་སྤྱུ་པོན་གསུམ་ཆེ་  
 རིགས་རྩས། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་སྤྱག་གཟིག་དང་། །གོ་མཚོན་རྒྱས་པ་དག་དང་

ནི། །ལྷ་སྐྱོ་གོས་ཕྱག་བཟང་པོ་ཡོད། །ནག་ཁུང་ཟལ་ཟལ་སྤང་མེད་ཇུས། །  
དུངས་མ་གཡུ་སྒྲོན་མ་བྱའི་མདངས། །བུམ་བ་ལྷ་སྐྱོ་མཆོད་པའི་རྟེན། །སེང་  
འབྲུག་སྐྱག་གཟིག་རི་མོ་ཅན། །རྒྱ་ཡིག་ལ་སོགས་ཡིག་སྣ་ཡོད། །ལྷ་ཆ་དག་  
གི་དཀོར་དོ་ཡིན། །དེ་སོགས་སོ་སོའི་བླ་ཉགས་དང་། །བསྐྱེད་ལ་དེ་དེའི་བརྒྱག་  
བཟང་ན། །དངོས་པོ་དེ་དེའི་དགོ་མཆོན་ཅན། །རང་གི་ལག་རྩུ་འོང་བ་ཡིན། །  
རུ་སོད་སྤང་ཐོག་ན་འབན་དང་། །མ་ཟེ་བཙན་ཁམས་སྟེ་བཞིན་མས། །ཕྱི་ནང་  
འདྲེས་ཤིང་བབས་ཅན། །འཕྲོར་འདྲོག་འུར་ཟིང་བྱེད་དོ་ཡིན། །འདི་རྣམས་  
ཕྱི་ནས་རང་སར་འོང་། །མི་འགྱུར་བ་ཡི་དོན་དོ་ཡིན། །གཞན་ཡང་གོང་འོག་  
ནས་བཤད་པ། །བསྐྱར་ལ་ཞིབ་རྩུ་དབྱེད་པར་བྱ། །མགོན་ལ་ངན་པའི་མོ་  
བབས་ནི། །སྟོང་མིག་སྟོག་གསུམ་དིང་དིང་གསུམ། །བརྩུག་སུམ་ཤག་ལེར་  
བརྒྱག་ན། །མགོན་པོ་བྱེས་སུ་ཤི་བ་ཡིན། །ཁ་ཆེས་དགུང་ལ་བཞག་པ་ཡིན། །  
དེ་བཞིན་སྟོང་མིག་སྟོག་གསུམ་ལ། །དིང་དིང་བཞིར་བཞག་བརྩུག་སུམ་ལ། །  
སེ་སྟོད་སྟོན་མོ་ཆུ་ཁུག་ན། །དམར་མོ་ཁྲག་གི་ཆ་ཆ་འཕྲོ། །དག་ཟུན་གཉིས་  
ཀྱི་སུམ་བརྒྱ་འཆི། །བརྩུག་སུམ་རེ་སེ་རྒྱ་ནེན། །ཁོད་མགོ་ནག་ཁ་དེ་གུན་ལ་  
ལྷ། །མི་གཅིག་གི་ཁ་དེ་ཐུར་ལ་བལྟས། །ཡང་སྟོང་མིག་སྟོག་གསུམ་དམུ་  
དག་ལ། །དེ་ཡི་བརྩུག་སུམ་སྟེང་དུ་ནི། །བྱ་རལ་གཡུལ་ཉེས་བྱེས་ཉེས་མགོན་  
ཉེས་ཡིན། །ནད་པ་མ་གཏོགས་ཀུན་ལ་ངན། །དེ་ཡི་བརྩུག་སུམ་སྤང་ཁད་ན།  
སྤང་མདའ་སྣ་ཐག་དག་ལ་ཤོར། །གཏམ་ངན་ས་མཐར་གྲགས་པ་ཡིན། །



དེ་ཡི་བརྩུག་སྐུམ་སེ་སྟོང་ནག་ཐོག་ན། །གཟེས་པར་མི་ཉོས་ལུལ་དུ་རང་ཉེས་  
 འོང་། །ཁྱོད་དང་ན་ཆ་འོང་ངོ་ཡིན། །དེ་ཡི་བརྩུག་སྐུམ་སྐུམ་ནག་སེ་སྟོང་ན། །  
 མུང་གིང་ཉག་གཅིག་སྒྲུབ་ས་ཀྱིས་བྱེད། །ཡང་སྟིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་བྱོད་ལུང་  
 གསུམ། །དེ་ཡི་བརྩུག་སྐུམ་སྟེང་དག་ཏུ། །སྐུམ་བྲག་སེ་སྟོང་ནག་ཐོག་སེ་སྟོང་  
 དང་། །སྒྱིན་དིང་བག་ཁྱི་བབས་པ་ན། །མགོན་པོ་གྱི་རུ་འཆི་བ་ཡིན། །དེའི་  
 བརྩུག་སྐུམ་དིང་དིང་བརྒྱག་བཟང་ན། །གཉན་གཡའ་སྤངས་སྒྱིས་གཅིག་མགོན་  
 ལ་ཆས། །མགོན་རབ་གཅིག་ལ་དོན་གསུམ་འགྲུབ། །དེས་མཆོན་སྟིང་མིག་  
 སྒྲོག་གསུམ་སོགས། །འདྲ་བའི་བརྩུག་སྐུམ་ཅེ་འཛིན་ལ། །བཟང་ངན་གང་  
 བབས་འབས་བུ་ལ། །རིགས་པས་བདགས་ཉེ་སྤང་དོར་བྱ། །རྒྱས་པར་ཡི་  
 གས་འཛིགས་པས་བཞག །དེ་ནི་རྒྱ་འགྲུལ་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན། །དུག་ནི་འོང་བའི་  
 གནས་ཡིན་ལ། །ལྟ་ནི་སྒྲོགས་པའི་གནས་ཡིན་ཞིང་། །བཞེ་ནི་ཉེ་ཡིང་ས་  
 མཆོམས་ཡིན། །གསུམ་ནི་ཞགས་ས་གཉིས་འོང་ལམ། །གཅིག་ནི་སྟེབ་པའི་  
 ས་ཡིན་ནོ། །གཅིག་ལ་སྐུམ་བབས་དེ་ཡིང་སྟེབ་ངོ་ཡིན། །མ་སྟེབས་ཞགས་  
 གསུམ་མི་སྟེབས་སོ། །དེ་ཡང་གཉིས་ལ་ཨ་ཁད་དང་། །སེ་སྟོང་ཁྱི་བྱར་མེད་  
 བ་ངེས། །ཨ་ཁད་སྟག་ལ་ཁུམ་པས་གདོང་ལྷགས་བརྒྱབ། །ཁྱི་བྱར་སྟག་གི་  
 སྤངས་ཞབས་ཆོར་མ་བྱུག །ཆས་ཁར་བྱོད་བྱོན་བྱུང་བས་གོལ། །གཉིས་ལ་སྐུར་  
 རྩུ་ཞོན་པ་ཅན། །སང་བ་མོ་མཁུ་རྩུན་ལ་སྟེབ། །རུ་སོང་མ་ཟེ་ཁྱི་བྱར་དང་། །  
 རུ་ཡུན་ཁ་བྲག་ཞོན་པ་ཅན། །བྱུང་ན་མགོན་པོ་སྟེབ་ངོ་ཡིན། །སང་དང་མུང་

ཟེ་སངས་ཀྱི་རིགས། ཞོན་པ་མེད་ཀྱང་མགྲོགས་དེ་ཡིན། གཅིག་ལ་བྱ་རལ་  
བབས་པ་ཡི། གཉིས་ལ་ཨ་ཁད་ལྡི་བུར་མེད། སྒོ་བྱིས་མཇུག་མ་བསྐྱེལ་དེ་  
སྟེ། མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མགྲོགས་དེ་ཡིན། ལི་ཡན་བསྟུང་ན་མགྲོགས་དེ་  
ཡིན། གཉིས་ལ་ཁེར་འདུག་བྱུང་ན་ཡང་། ཟམ་སོ་སྟོང་པས་ཐེ་ཆོམ་ཆེ། །  
ཁས་དྲག་ཞོན་པ་ཅན་ཀུན་སྟེབ། ཞོན་པ་གང་བྱུང་འོང་དེ་ཡིན། ཡང་ཆང་  
ངབ་ལྡི་བུར་ཁེར་འདུག་ན། དེ་ཉིན་འོང་སྟགས་གནས་ཀྱི་གངས། དུ་ཡིན་  
དེ་ཡི་ཞག་ལ་འོང་། མོ་གང་ཡང་བསྟུང་ན་འོང་དེ་ཡིན། གཅིག་དང་གཉིས་  
ནི་གང་རུང་ལ། གལ་བར་དམག་ཆེན་སྟོང་ཤོལ་ཡིན། སྦྱར་ལ་ཏྲ་སྒྲ་བཏད་  
ཀྱང་ཤོལ། སྒོ་བར་བཏེག་མ་རག་ཀྱང་ཤོལ། སོ་ཡོན་འགོ་ལམ་འགག་པས་  
ཤོལ། དིང་དིང་སྟམ་དལ་ངང་ལ་ཤོལ། སྦྱིན་དིང་བསྐྱལ་བསྟོད་མེད་པར་  
ཤོལ། འདི་རྣམས་གང་བབས་ཤོལ་དེ་ཡིན། དེ་ཕྱིར་མགོན་པོ་མི་འོང་དོ། །  
གཞན་ཡང་གདོས་ཐག་ཁྲིལ་ཐག་སྟགས། གཅིག་དང་གཉིས་བབས་བྱུང་  
མི་འོང་། ཡང་གཅིག་གི་བྱོད་ལུར་ཁེར་བབས་ནས། སྟོད་དུ་སྦྱར་རིགས་ཁེར་  
བབས་ན། ཆས་ཆས་ཤོར་ལ་བསྐྱལ་བསྐྱལ་འོང་། ཨ་རོག་བྱེད་ཆོས་བྱེད་  
མཆོས། སྒྲ་རག་བཅིངས་དང་ལྷམ་སྒྲོག་བཀྲོལ། ཆ་ལ་ཁད་ཀྱི་ལྡིང་ལྡེམ་  
དང་། རྒྱག་ལ་ཁད་ཀྱི་གདོང་ལྷགས་དང་། འཕྲོས་ལ་ཁད་ཀྱི་རྩྭ་འབྲེལ་  
གསུམ། ཤེས་ན་མདུད་པ་གཅིག་ལ་ཆང་། གཅིག་གི་བྱོད་ལུར་ཁེར་བབས་  
དང་། སྟོད་དུ་སྦྱུམ་རིགས་ཁེར་བབས་ན། ཨ་ཉི་རྒྱུད་པོ་ཆ་བལ་སྟུག་ ལན་

དུ་བརྒྱུག་ཁ་གང་བབས་ན། གཡལ་འསྐང་བསམ་དོན་འབྲུབ་པ་ཡིན། གཅིག་གི་ཁྱོད་ཟུར་ཁེར་འདུག་ལ། བརྒྱུག་ཅིག་གམ་བརྒྱུག་སུམ་སྟོབ་རན། ལང་འདོད་ཅི་ཐོ་ཤིང་གིས་བརྒྱང་། འགྲོ་འདོད་ཤོལ་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། བརྒྱུག་བརྒྱུག་སྟེབ་པ་ཐག་ཆོད་ཡིན། ཁྱི་ཕུར་ལན་དུ་མུ་ས་ན། རྒྱལ་གཅིག་ལ་རབ་སོ་གཉིས། མཐོན་པོ་གས་གཉིས་འོང་ངོ་ཡིན། ཁྱི་ཕུར་ལན་དུ་གསེར་བྱ་ན། གསེར་བྱ་ངང་པ་ཐོན་མེད་ཡིན། ལར་རྩུར་གཉིས་ཀར་བརྒྱང་བརྒྱང་ཡིན། འིང་དིང་བརྒྱང་ལན་དམུ་དག་ན། ཤིང་རིང་མགོ་ཡི་འབྲིང་བྱང་ཡིན། འབྲིང་པ་འདོག་པ་ཡོད་དེ་གོལ་བ་མེད། གཡལ་བར་བརྒྱད་ལན་སེ་སྟོད་ན། བྲབ་གདོང་ངམ་གྱིས་བཤིག་པ་ཡིན། སེ་སྟོད་མང་དུ་བརྒྱད་པ་ན། རྒྱུག་དང་ཆོག་ས་དང་བྱུར་དང་གསུམ། དུས་གཅིག་ལ་ཁར་ཐོན་པ་ཡིན། རྒྱེར་རིགས་མང་དུ་བརྒྱད་པ་ན། གཡལ་གྲོ་ངར་བས་ལ་དགུ་བརྒྱལ། རྒྱུམ་བརྒྱང་ཆབ་ནག་ལ་ཁར་བྱད། དམུ་དག་མང་བརྒྱད་སྟབ་མང་འརྒྱུག་འདུར་ཡིན། ཆོལ་ཆོམང་བརྒྱད་ཁ་གང་གང་མོ་བྱས། བཤམང་མང་བརྒྱད་གི་ཅོ་ལ་ཁར་འདྲེས། ངར་སྟན་མང་བརྒྱད་སྟན་པ་འེ་བ་དན་བྱར། འདི་རྣམས་མི་ཤོལ་ཆས་ངོ་ཡིན། ལར་རྒྱེར་སོགས་ཁེར་བབས་གོར་མོ་དོ། བརྒྱད་ན་ཟེར་མ་རྒྱང་བས་མཁྱོགས། ཡང་མུ་ས་ལན་དུ་དམུ་དག་ན། ཁྱོག་ཁན་ཡོད་པ་སྟེ་ཡི་ཕུལ། སྟོ་ཆོལན་དུ་དམུ་དག་ན། ཁྱོག་གི་སྟོན་རྒྱུག་འགོང་བོས་བྱས། གཅིག་དང་གཉིས་ལ་འདི་ལྟར་བབས། ལམ་ཕུར་རྩང་མི་ལེགས་ཀྱང་ཟེར། ཡང་གཅིག་གི་ཁྱི་ཕུར་

གཉིས་བག་ཆོ། །དཔའ་བོ་ཆས་པ་བག་མས་བཤོལ། །གཅིག་གི་ཕྱི་ཕུར་  
 གཉིས་ལྷ་ཆོ། །སྒྲག་གི་མགོན་སྒོ་ལྷ་ཡིས་འགག། །གཅིག་གི་ཕྱི་ཕུར་གཉིས་  
 སྒོ་བར། །མི་བུ་ཆས་པ་རྒྱད་པོས་བཤོལ། །གཅིག་གི་ཕྱི་ཕུར་གཉིས་སོ་ཡོན། །  
 བ་བརྩུན་འཕུལ་མོ་རྒན་མོས་བཤོལ། །འདྲི་རྒྱམས་བཞི་དང་ལྷ་ལ་འགྱུར་མེད་  
 ཡིན། །བརྒྱད་དགུར་བྱས་བྱི་བཤོལ་ངོ་ཡིན། །བརྩུ་གཅིག་བརྩུ་གཉིས་དག་  
 འུར་ངོ་། །ཡང་གཅིག་གི་བྱོད་ཕུར་གཉིས་ཆོལ་ཆོ། །གཡའ་སྤང་བ་ཡི་བྱུར་  
 མར་ཡིན། །གཅིག་ལ་བྱོད་ཕུར་གཉིས་སེ་སྟོད། །གཡའ་སྤང་ཁྱུང་མཆུ་དམར་  
 བ་ཡིན། །གཅིག་ལ་བྱོད་ཕུར་གཉིས་མ་ཟེ། །གཡའ་སྤང་གནད་དང་སྤང་བ་  
 ཡིན། །གཅིག་གི་བྱོད་ཕུར་གཉིས་སྒྱུ་མ་ན། །གཡའ་སྤང་སྒྱུ་མོའི་རུམ་དུ་གཉིད། །  
 དེ་སོགས་བྱེ་བྲག་ཤེས་པར་བྱ། །ཡང་གཅིག་ཕྱི་ཕུར་རུ་སྟོན་གཉིས་ཆོལ་ཆོ། །  
 མགོན་པོ་ལྷག་ཟེན་སྒོ་ཁར་ཐོན། །གཅིག་གི་སྒྱུ་མ་ལ་གཉིས་ཆོལ་ཆོ། །བྱེ་མར་  
 ཟ་བ་སྒོ་ཁར་སྒྲེབ། །གཅིག་གི་ཕྱི་ཕུར་གཉིས་སྒྱུ་མ་རིགས། །དག་ཆང་ངན་  
 ཟང་གི་ར་སྒོ་བྱེ། །གཅིག་གི་ཕྱི་ཕུར་གཉིས་ལི་ཡན། །སྟོང་བང་གཟིགས་པ་  
 དོན་མེད་ཡིན། །སྟན་པའི་བྱ་བཞིག་དང་བསམ་པ། །དེ་སྟེགས་གཏམ་སྟན་མགོན་  
 འོང་ཡིན། །དམ་གོན་པོའི་ཕྱི་ལམ་བཅད་པ་བཤད། །གཅིག་སྒྱུར་སྤྲད་གཉིས་  
 ལ་ཆོལ་ཆོན། །ཉ་ཡི་ཕྱི་ལམ་སྒྲམ་གྱིས་བཅད། །དེ་ལ་ཉ་མགོ་སྒྲམ་སྤྲེའི་གཏོ་  
 བྱའོ། །དེ་བཞིན་གཅིག་དང་གཉིས་ལ་ནི། །བག་ཕྱི་སྒོ་ཡི་མ་ཟེན། །ར་ཡི་ཕྱི་  
 ལམ་འཕར་བས་བཅད། །ཆོལ་ཆོ་སྒྲམ་མཉམ་ལྷག་ལམ་སྤྲད་གིས་བཅད། །

རང་སྒྲིན་སོ་ཡོན་ལྷ་ལམ་སྒྲིན་གྱིས་བཅད། ཁྱི་ཕུར་གལ་བར་སྒྲུབ་ལམ་དམག་  
གིས་བཅད། བྱོད་ཕུར་གལ་བར་རྒྱུན་ལམ་སྒྲུག་མས་བཅད། བྱོད་ཕུར་དང་  
ནི་སྒྲིན་དིང་ན། གཡལ་འཕྲང་འགྲིན་ལམ་དོམ་གྱིས་བཅད། ལུ་ས་སོ་ཡོན་སྒྲོན་  
ལམ་དམ་གྱིས་བཅད། བྱ་ཡུན་ཁྱི་ཕུར་བྱ་ལམ་བྲ་ཡིས་བཅད། ཞལ་ཁད་བྱུང་  
བརྒྱད་སྒོ་བརྒྱག་ན། རྟག་གི་ཕྱི་ལམ་སྒྲིང་གིས་བཅད། བྱུང་བརྒྱད་སོ་ལ་བྲ་  
རུ་སོད་ན། རུང་བྱུང་ཕྱི་ལམ་སོ་ལ་བྲས་བཅད། གིང་དིང་སྒྲིར་བྱ་ཕྱོད་ར་རྒྱ་  
མཚོར་ལུས། ཁྱེ་བ་བག་ཁྱི་སྒོ་བར་ན། ལྷ་ཡི་ཕྱི་ལམ་རམ་གྱིས་བཅད། །  
རྒྱར་སྒྲར་གལ་བར་ཤ་ལམ་བྲི་ཡིས་བཅད། སྒོ་ཚེ་ཕུང་བར་རྟ་ལམ་རྟག་གིས་  
བཅད། སོ་ལ་བྲ་སྒོ་བརྒྱག་བྱོད་ཕུར་ན། ལྷག་པའི་ཕྱི་ལམ་སྒྲུ་བྲས་བཅད། །  
སྒྲུམ་བྱོད་ཕུར་སྒྲུལ་ལམ་འོ་ལ་བས་བཅད། བྱ་ར་ལ་སྒྲུམ་མཉམ་སྒོ་བརྒྱག་  
ན། བྲི་ཡི་ཕྱི་ལམ་གཟིག་གིས་བཅད། མེ་སྒྲོད་སྒྲིན་དིང་ནས་ལམ་གོད་ཁས་  
བཅད། སོ་ཡོན་དང་ནི་གར་བར་ན། རུང་ལུང་ལམ་འབྲང་དག་ཡིས་བག་ག།  
སྒྲུམ་དང་གལ་བར་སྒོ་བརྒྱག་ན། བྲོག་ཚང་སྒྲུལ་གྱིས་བཤིག་པ་ཡིན། ཡང་  
བཅུ་གཅིག་ལ་རི་མཚོ་དང་། བཅུ་གཉིས་ལ་ཡང་རྟག་ལམ་སྒྲིང་གིས་བཅད། །  
སྒོ་ཚེ་རུ་སོད་ཁ་ལེན། རྟ་ཡི་ཕྱི་ལམ་གཡག་གིས་བཅད། སྒོ་མ་ཟེའམ་སྒོ་  
བར་དག་དང་ནི། རེ་ཡི་ལན་རུ་གར་བར་ཐོད་དཀར་ན། བོད་མའི་ཕྱི་ལམ་  
སྒྲུ་བགས་བཅད། བྱོད་ཕུར་སྒྲོག་དམར་ཁྱི་ཕུར་ན། བྱེའུ་རུང་ཕྱི་ལམ་སྒྲུ་  
བགས་བཅད། ཤ་རང་སྒོ་ཚེ་མ་ཟེས་གཡག་མིག་ན། རྒྱུད་གི་ཕྱི་ལམ་རྟག་གིས་

བཅད། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་སྒྲེར་ཆེན་ར་བརྒྱལ་ན། །བྲ་པའི་བྱི་ལམ་སྒྲེ་མོང་བཅད།།  
 སོ་ཡོན་གྲོག་དམར་ལྷི་བུར་ན། །ངང་པའི་བྱི་ལམ་བྲ་ཡིས་བཅད། །སྒྲུམ་མཉམ་  
 དང་ནི་སྤོ་ཆོ་ན། །བྱི་པའི་བྱི་ལམ་སྒྲེ་མོང་བཅད། །ལི་ཡན་བག་ཐོག་ལྷི་བུར་  
 བ། །རི་བོང་བྱི་ལམ་གྲག་གིས་བཅད། །ལུང་བར་གྲོག་དམར་ལྷི་བུར་ན། །  
 རྒྱག་པའི་བྱི་ལམ་བྲ་ཡིས་བཅད། །ནག་ཤུལ་སད་ཀྱི་ཤེལ་མིག་ན། །བྲུམ་པའི་  
 བྱི་ལམ་སྒྲག་གིས་བཅད། །ཁྲིང་དམར་དང་ནི་ནག་རིགས་ལན། །སོ་ཡོན་  
 བརྒྱལ་ཅན་བབས་བན། །སྒྲུལ་གྱི་བྱི་ལམ་ཐག་གིས་བཅད། །ཁྲིང་གི་ཆེ་རིགས་  
 སྒྲུམ་མཉམ་ཡེ་འོང་ན། །རེ་འབྲུམས་བྱི་ལམ་བྲུང་གིས་བཅད། །སྒྲོ་མ་ཟེ་ཁ་  
 ལང་ཆེན་པོ་ན། །ཁྲིང་གྱི་བྱི་ལམ་བྲུང་གིས་བཅད། །དེ་སོགས་དག་གཤེད་  
 མདུང་པ་དང་། །བྲུང་པར་རང་སར་གང་བབས་པའི། །དག་མདུང་ལས་དག་  
 ལན་དུ་བབས། །བྱི་ས་དར་བས་བྱི་ལམ་ཆོད། །དེ་གཅིག་དང་གཉིས་ལ་ཤོལ་  
 སྟོང་། །བཞི་དང་ལྷ་ལ་དག་ཡིང་། །བརྒྱད་དང་དགུ་ལ་ཟ་འཇལ་། །བཅུ་  
 གཅིག་བཅུ་གཉིས་བྲེས་ལམ་དག། །མཐོར་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པར་བྱ། །བྲུང་པར་  
 བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་ལ། །ཇག་པའི་བྱི་ལམ་ཆོད་པ་ཡིན། །ཡང་མགོན་གྱི་  
 བྱིན་ལེན་འཕྲོད་འོང་བཤད། །གཅིག་སྒྲེར་བྱ་གཉིས་ཀྱི་ལི་ཡན་དང་། །གསུམ་  
 ལ་ཆོལ་ཆོལ་བབས་པ་ན། །སྒྲུ་བཀྲ་ཆེན་པོའི་བྱིན་ལེན་འཕྲོད། །གཅིག་སྒྲེར་  
 གཉིས་ཀྱི་སྟོང་དང་། །གསུམ་གྱི་ཆོལ་ཆོལ་བབས་པ་ན། །བྲུ་མ་མ་བུའི་བྱིན་  
 ལེན་འཕྲོད། །ར་མ་བྲུ་གཅིག་ཐོབ་པ་ཡིན། །གཅིག་བྲུ་ཡུན་དཀར་མོ་གཉིས་

ཕྱོད་མུར། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་བྱ་བརྒྱུ་ན། །བྱི་བྲག་ཉིས་ཀྱི་བྱིན་ལེན་འཕྲོད། །  
 རོར་འོད་ཆེན་ངལ་མོ་ཡོན་ཡིན། །གཅིག་གི་སྐུམ་མཉམ་སྒྲུག་མོ་གཉིས་སྒྲོ་  
 བར། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་ལུ་གྲུ་ན། །གནག་རིགས་ལཱ་བརྩུ་ཡན་ཆད་ཐོབ། །  
 གཅིག་གལ་བར་ཐོད་དཀར་གཉིས་མུང་ཁད། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་ལུ་གྲུ་ན། །  
 ཁལ་མ་དང་ནི་ཟངས་ཟང་ཐོབ། །གཟི་མཚོང་ངལ་མོ་ཡོན་ཡིན། །གཅིག་བྱ་  
 རལ་རིན་ཆེན་གཉིས་མུང་ཁད། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་བྱ་བརྒྱུ་ན། །ཤར་ནས་  
 དོན་གྲུབ་མགོན་པོ་འོང། །རྒྱ་མི་གཅིག་དང་རྒྱང་ཐང་གཉིས། །སྒྲོ་འོ་ཆ་ལ་  
 སྒྲིབ་བ་ཡིན། །གསེར་ཟངས་གསེར་ཐམ་ཡོང་བ་དེ། །མོ་མ་ང་ལ་མོ་ཡོན་  
 དགོས། །གཅིག་གི་བྲ་ཆུང་གཉིས་རུ་སོད། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་འང་དེ་དང་  
 འདྲ། །གཅིག་གི་ཕྱི་བྱར་གཉིས་བག་ཕྱི། །དག་ཉམས་ཆུང་སྟེང་དུ་ཟུན་ཁས་  
 དྲག །སྒྲིབ་འོ་གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་ན། །བཙོན་བཞི་ཟིན་ཅིང་རོར་ཐོབ་འོ། །  
 གཅིག་གི་ཕྱི་བྱར་གཉིས་ཕྱོད་མུར། །གསུམ་ལ་རེ་སྟེ་རྒྱ་ནི་ན། །མ་རབ་གཅིག་  
 གི་བྲ་ཆ་ཟིན། །གཅིག་གི་བག་ཆོག་གཉིས་རུ་སོད། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་བྲ་མོ་  
 ཐོབ། །གཅིག་གི་བག་ཆོག་གཉིས་བྱ་རལ། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་མདའ་གཞུ་ཐོབ། །  
 གཅིག་གི་རུ་སོད་གཉིས་སྐུམ་བྲག་ཕྱི་བྱར། །གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་གནག་ཁྱུ་ཐོབ། །  
 གཅིག་གི་སྐྱེར་གསུམ་གཉིས་བྱ་རལ། །གསུམ་ལ་དཀར་ཐོག་གཞུང་བྱུང་ན། །  
 མུང་སྒྲི་རྩ་མོང་ཁལ་བཅས་ཐོབ། །སྐྱེར་གསུམ་སྒྲོ་བརྒྱུག་རྩ་མོང་སྒྲ་མདུང་  
 ཡིན། །མདོར་ན་རང་སར་གང་བབས་པའི། །བྱི་སྐྲག་གི་དབྱུང་འཇལ་བབས། །

དོན་སར་བརྒྱག་དང་ཆོལ་ཆོ་སོགས། །སྤྱུལ་རིགས་གྲོག་ངོ་བབས་བ་ན། །  
རང་སའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་དེའི། །བྱིན་ལེན་ལག་བ་འཕྲོད་བ་ཡིན། །དེ་བཞིན་  
བཞི་ལྟ་དུག་ལ་སོགས། །ལྷག་མ་གསུམ་ལའང་དེ་ཡིས་འགྲེས། །ཐག་ཉི་རིང་  
གསུམ་དང་ནམ་ལུག་གས། །སྤྱོགས་བཞིའི་ས་རུ་བརྟག་བར་བྱ། །བརྟག་ཤེས་  
ན་ཡ་མཚན་མངོན་ཤེས་ཡོད། ། །

༥ དེ་ནས་ཆོང་ལྟ་བཤད་བ་ན། །བདུན་འདི་ཆོང་གྲོག་གཞན་གྱི་ས། །བརྒྱད་  
འདི་ཆོང་བ་རང་གི་ས། །བདུན་འཇམ་བརྒྱད་དར་རང་ཉིད་རྒྱལ། །དགུ་འདི་  
ཆོང་གི་བར་བའི་ས། །དགུ་དེ་དར་ནས་བརྩམས་ན། །བར་བ་གཞན་ལ་སྤྱོགས་  
བ་ཡིན། །བརྩེ་དེ་དར་ན་རང་ལ་སྤྱོགས། །གལ་བར་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་དང་། །  
སྐྱེ་བྲག་སྐད་དཀར་ཆོལ་ཆོང་དང་། །ཤེས་རིང་སྤྱོ་ཆོ་སྤྱོ་ཆོ་བརྒྱག་ །སྤྱོག་དམར་མི་  
ལུང་དུག་པོ་འདི། །ཆོང་བ་རྣམས་ཀྱི་དག་སྤྱོ་ཡིན། །རང་ས་དག་ཏུ་བབས་ན་  
བཟང་། །ལར་གཅིག་འདི་དོག་རྟེན་གཞི་ས་ཡིན། །གསུམ་སྤལ་གྱི་ཁ་དགའ་  
ལྷ་ས་ཡིན། །བཞི་ལག་གི་ཟོང་རྒྱས་ལོར་ས་ཡིན། །འདི་རྣམས་མ་སྟོང་གང་ན་  
བཟང་། །གཉིས་ལོར་རྒྱས་ལར་ལ་གཏོང་བའི་ས། །ལྟ་འདི་གཞི་ལམ་དག་ས་  
ཡིན། །བརྩེ་གཉིས་བྱེས་ཀྱི་རྩེར་ལམ་དག་ས་ཡིན། །དེ་རྣམས་མ་དར་འཇམ་  
ན་བཟང་། །གསུམ་འདི་བྱང་ཁ་འཕྲོར་ས་ཡིན། །འཕྲོར་བའི་སྤྱེ་རིགས་བབས་  
ན་ངན། །དུག་འདི་ཆོང་བའི་བྱང་ཁ་ཡིན། །སྤྱིར་སོགས་བརྟན་བའི་རིགས་  
རྣམས་གཅིས། །བདུན་བརྒྱད་བརྩེ་རྣམས་ཁལ་རྟའི་ས། །དམར་ངོ་སྤྱིང་སྤྱིང་



མ་བབས་དགོས། །བཅུག་ཅིག་ཆོང་ལྟ་གཉན་པོའི་ས། །བཅུག་སུམ་ནམ་ལུག་  
 ཡན་མིན་ལ། །གསུམ་བཟང་ཆོང་འགྲིག་ས་མུར་དུ་དགལ། །བཞི་བཟང་ལག་  
 བས་བས་ཐོར་འདྲ། །བརྒྱད་བཟང་རང་ཉིད་ཆོང་ལས་རྒྱལ། །སྒུམ་ཐིག་ཐམས་  
 ཅད་ནས་ངོ་ཡིན། །སྒུམ་ཐིག་ཐམས་ཅད་ཆ་ངོ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་ནས་ལ་སྒུམ་སེ་  
 གོ། །དེ་སོགས་རྩལ་གྱི་སྒྲུ་མ་དུད་རིགས། །བབས་ན་དེ་དག་ཉི་བར་བཟང་། །  
 དིང་དིང་ཆོལ་ཆེ་མུང་ཟེ་དང་། །ལྷི་བུར་དེ་རྣམས་ཆོང་འོང་ངོ་། །སྒྲིན་དིང་ལ་  
 སོགས་དུངས་མ་དང་། །བརྒྱག་ཁ་སྒུམ་ཐིག་བཟང་པོ་རྣམས། །སྤོད་གང་རྒྱབ་  
 ཁལ་ནོན་པ་ཡིན། །རྩ་དོ་ལི་ཡན་སྒྲུར་ཐང་ལ། །ད་རིག་ལུན་ལུམ་རྣམ་པ་  
 གསུམ། །སྤོད་སྤོད་སྤོད་སྤོད་ངོ་ཡིན་ནོ། །སོ་ཡོན་སྤོད་པར་འཐེན་ཅོད་ཡིན། །ལུང་  
 ཁད་ལ་སོགས་ཁ་འཁྱོད་ཡིན། །བྱ་ལུན་ལ་སོགས་གསལ་ཁ་ཡིན། །སྒྲན་ལམ་  
 ཐམས་ཅད་ཁ་དག་འཡིན། །སྒུམ་དང་ལི་ཡན་བྱ་རལ་དང་། །ལུང་བར་ལ་  
 སོགས་ངན་སྒྲིགས་ལལ། །སྤོ་ཉེས་ཆོང་ཉེས་འོང་ངོ་ཡིན། །ཆོང་ལོག་བྱེད་པ་  
 སྒྲན་གསུམ་ནི། །ལུང་ཁད་སྒུམ་ཟེ་ལུང་བྱལ་ཡིན། །སྒུམ་ཐིག་བརྒྱག་རན་ཐམས་  
 ཅད་ངན། །སྒུམ་ཐིག་བརྒྱག་བཟང་ཐམས་ཅད་བཟང་། །ཆ་ལེན་མོ་ལ་སྒུམ་  
 ཐིག་སོགས། །ཉ་ཅང་གོག་ངོ་ཆེ་བ་ན། །ཆ་མི་ལོན་པའམ་མི་བཟང་ཟེར། །  
 སྒུམ་དང་ལི་ཡན་སྒྲུར་ཐང་ལ། །ཆ་བ་ཆོང་མཐའི་མོ་ལ་བཟང་། །བཞིའི་བྱོད་  
 ལུང་ཆ་བའི་ལུག་ལུང་ཡིན། །ལི་ཡན་ཆ་སྒྲེ་སྒུམ་དུངས་མ། །ལུང་ཐག་བྱ་མེད་  
 ཆ་སྒྲེ་གང་། །དེ་སོགས་གོང་འོག་ཀུན་བསྐྱར་ནས། །དམིགས་བསལ་ལས་

དང་མཆུང་བ་ཡི། །མདུད་པའི་ཁྱད་པར་གཤམ་པར་བྱ། །མགོན་ལྷ་དག་ལྷ་  
 སོགས་ལ་ནི། །གལ་ཆེ་བ་ཡི་གདམས་པ་བཤད། །ཁ་ལན་རྒྱུང་ལན་དབྱེད་  
 བས་སུ། །གསེར་བྱའི་ལན་དུ་གསལ་དགུ་ན། །ཁོ་ལྷ་ས་མ་ཆོར་སྐྱེས་པ་གི་ལ་  
 ཤི། །ཆོ་ལ་ཆོ་ལུ་གུའི་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། །ཁོ་ལྷ་ས་མ་ཆོར་སྐྱབ་ཆོ་བྱད། །སྐྱེར་  
 བརྒྱག་ལན་དུ་ནག་ཐོག་སེལྟོད་ན། །མ་ལྷ་བུ་ཐེ་ས་མ་ཆོར་བར། །ཁེ་ལུ་གསེང་  
 སད་ཀྱིས་ཁྱེར་བ་ཡིན། །བྱོད་ལུར་ལན་དུ་ན་འབན་ན། །ས་བདག་མ་ཆོར་ས་  
 བརྒྱད་ཐི་ཡིས་ཁྱེར། །རྒྱུར་སྐར་ལན་དུ་སེལྟོད་ན། །གདམས་ཀྱིས་མ་ཆོར་སེང་  
 གི་གཡུ་རལ་བྱེ། །ཨ་ཁད་ལན་གྱི་ནག་ཐོག་ན། །ནགས་ཀྱིས་མ་ཆོར་རྟག་མོ་  
 མཆེ་སེར་བུད། །སྐྱེས་བརྒྱག་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། །ཉ་ཡིས་མ་ཆོར་རྒྱུ་མཆོ་  
 གཞུང་ནས་རལ། །ཀྱ་ཡེ་བྱེ་འུ་ཆོང་ལན་དུ་སྐྱེས་སེལྟོད། །འབྲི་ལྷ་ས་མ་ཆོར་  
 འབྲི་ལྷ་གས་བཤུས། །མདོར་བྱའི་ལན་དུ་སྐྱོ་བར་ཁར་བ་ན། །རྟ་ལྷ་ས་མ་ཆོར་  
 རྟ་ལྷ་གས་རལ། །དེ་དང་དེ་ལ་སོགས་པ་ཡི། །མདོར་ན་བརྒྱག་བཟང་ཆེ་སྟེ་  
 བབས། །དེ་དེའི་ལན་དུ་བདུད་ཆད་ཀྱི། །མདུད་པ་སྐོ་བརྒྱག་ཅན་སོགས་  
 བབས། །མ་ཆོར་སྐྱེང་བུད་པར་བ་ཡིན། །ཐམས་ཅད་བྱི་བར་མི་རུས་པས། །  
 རང་གི་རིག་པས་དབྱེད་དེ་སྐྱོས། །བརྗེས་ན་བཟང་བར་གཤམ་པར་བྱ། །བརྒྱུད་  
 པ་དག་ལྷའི་དབྱེད་པ་ལ། །དང་པོ་སྐོ་བྱི་གཏམ་རྒྱུད་བཤད། །སྐོ་བྱེ་ཡེ་དང་  
 ངམ་གཉིས་འདྲས་ནས་སུ། །ཡེ་སྐས་དུང་རྟོད་ལམ་ཀྱིས་བསད། །སྐོ་བྱེ་པས་  
 ཡེ་ག་གཉེར་པ་ལ། །ལམ་བོན་གུ་རུས་མོ་བཏབ་ནས། །ལམ་རྩེ་རྩེ་པོས་མོ་

སྒྲོད་པར། འིང་དིང་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་བབས། ངམ་བོན་གྲུང་རུས་འདི་སྒྲོད་  
 ཟེར། འདི་ངམ་ལ་མི་ཉེ་ཡེ་ལ་ཉེ། །ལྟ་གཡག་འདྲ་བའི་དགྲ་དོ་སྒྲོད་། ངམ་  
 རྩེ་སྒྲོག་བཙའ་རེ་རན། ངམ་གྱི་ཤ་མཐའ་བྲག་དམར་གྱི། བྱ་ཚོད་གཤོག་  
 རྩེ་བཙའ་པོ་ཡོད། འདི་རུ་བྱོས་ན་འཐད་ཅེས་ཟེར། འདི་སྣང་ནས་ཡང་གཅིག་  
 མོ་བཏབ་པས། འིང་དིང་ལྷགས་བྲ་སྒྲོན་མོ་བབས། འདི་ངམ་ལ་མི་ཉེ་ཡེ་ལ་  
 ཉེ། འབྲུག་སྒྲོན་མོ་འདྲ་བའི་དགྲ་དོ་སྒྲོད་། ཤ་མཐའ་བྲག་དམར་འགབ་  
 མ་ན། སྒྲ་བ་རོག་པོའི་མཁྱིས་རྩེ་ཡོད། འདི་རུ་བྱོས་ན་འཐད་ཅེས་ཟེར། འདི་  
 རུ་བྱོན་ནས་མོ་གཅིག་བཏབ། སང་ཚོད་ཚོག་མོ་བྱ་བུར་བབས། འདི་ངམ་  
 ལ་མི་ཉེ་ཡེ་ལ་ཉེ། །ལྟ་བོན་ཐོད་དཀར་འདྲ་བའི་དགྲ་དོ་སྒྲོད་། ཡེ་ཡི་དགྲ་སྒྲ་  
 དར་ནས་སྒྲོད་། ངམ་མཁར་བཙའ་ལ་སྒྲོས་ན་བཟང་། རྩུང་ཟད་མར་ལ་སྒྲོས་  
 བ་བཟང་། འདི་བྱོན་ཡང་ནི་མོ་བཏབ་པར། སྒྲོ་ཆོད་ལྟ་འཕམ་པོ་བབས། །  
 འདི་ངམ་ལ་མི་ཉེ་ཡེ་ལ་ཉེ། །ལྟ་ཏྟ་སྒྲོན་དཀར་འདྲ་བའི་དགྲ་དོ་སྒྲོད་། འདི་ནས་  
 རྩུང་ཟད་མར་སྒྲོས་ནས། ཡང་ནི་ངམ་བོན་མོ་ཞིག་བཏབ། རྒྱ་སྒྲར་རོ་བཞེག་  
 རྩེ་དམར་གྱི། མཁར་ལ་བརྒྱག་ཞིག་ཡོད་པར་བབས། འདི་ཡེ་ལ་མི་ཉེ་ངམ་  
 ལ་ཉེ། ངམ་གྱི་ཐོ་ལྟ་དར་ན་ཡག འདྲ་རྩུང་ཟད་བྱིར་ལ་སྒྲོས། ངམ་བོན་  
 གྲུ་རུས་མོ་ཞིག་བཏབ། ཉེ་ར་བྱི་ཐོད་མཁར་བརྒྱག་བབས། འདི་ཡེ་ལ་མི་  
 ཉེ་ངམ་ལ་ཡེ། འདྲ་རྩེ་ལ་བཙའ་རྒྱས་བྱེད་དགོས་ཟེར། འོ་བས་དང་སྒྲོ་སྒྲུང་  
 རིམ་པར་བཞག བསྐལ་པ་དེ་ཡི་རུས་ཅམ་ན། ཟངས་ལྷགས་གཉིས་ལ་

སྐྱུ་མ་པ་བྱེད་པ་ནས། །སྤྱང་བུ་ཐོ་དམར་གཉིས་སུ་སྤྱུལ། །ཡེ་སློན་རྒྱལ་པོས་  
 ངམ་ཡུལ་བཏང་། །སློན་སྤྱི་ཡེ་བསྐྱེད་ལྟ་བུ་ལས། །དེ་གཉིས་ངམ་མཁར་ཅེ་  
 ལ་བཟུང་། །བརྒྱུད་ཀྱི་ཤར་ཤག་རུ་སོང་དང་། །དགུ་ལ་ཅེ་ར་མང་ཐོག་ཡིན། །  
 དེ་ཆེ་ཡེ་སློན་རྒྱལ་པོ་དེས། །སློན་མི་རྒྱ་བདུན་ངམ་ཡུལ་བཏང་། །ཡེ་ངམ་  
 མཆོམས་སུ་སྤྱེད་པས་པའི་ཆོ། །ངམ་གྱི་ཁྱི་ཁག་ལྷགས་མགོ་དེས། །ངམ་ཤ་ཟེད་  
 བོ་བརྟེན་ནས་འོང་། །ཁྱི་དང་ཤ་བ་དུས་གཅིག་བསྐྱེད། །བསྐྱེད་པ་དེ་ཡི་མོ་  
 མཐུད་ནི། །ཁྱི་ཐོག་ཉི་མ་བྲག་ཁག་དང་། །བརྟེན་གཅིག་བྱ་རལ་ཉིད་དུ་བཤད། །  
 ཁྱི་རོས་པོ་ལྟ་མཐོལ་བ་ཡིས། །ཡེ་སློན་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་ཉེས་ཏེ་སོང་། །བརྟེན་གཅིག་བྱ་  
 རལ་བརྟེན་གསུམ་ལ། །སྤྱི་མེད་ཡི་སྤྱེད་མཐུད་ཡིན། །ཁ་འཛིན་ཡེ་གཤེན་དབང་  
 རྟོགས་གྱིས། །ལྷགས་གྱི་མཆོལ་མ་ཁོ་ལ་བཏབ། །དན་རྒྱ་དཀར་པོ་སྤྱི་བོར་  
 རྒྱག་ །སློན་བ་སྤྱི་བ་དན་རྒྱ་བསྐྱེད། །བསྐྱེད་པ་དེ་ཡི་མོ་མཐུད་ནི། །བརྟེན་  
 གཅིག་སྤྱི་བར་བརྟེན་གསུམ་ལ། །སྤྱི་སང་བབས་པ་དེ་ལ་བྱ། །དེ་དུས་ཡེ་སྤྱི་  
 བཏེ་ཡིས། །དེ་ཉི་ཤོས་ན་ལྟ་ཡང་མེད། །ཆས་ན་བུ་མེད་ཤིན་ཏྲོང་། །མེད་པ་  
 ང་འདྲས་ཅི་ཞིག་བྱ། །སྤྱི་སང་དཔུང་རོག་སུ་ལ་འཆོལ། །ཞེས་པའི་འོ་དོད་  
 གནམ་དུ་བོས། །ཡི་ཆད་སྐྱ་རག་ཅངས་སེ་བཅིངས། །ངམ་གྱི་ཡུལ་དུ་འབྱུག་  
 འགོ་ཟེར། །ཉི་ཟླ་སྤྱི་མེད་ཤིན་ཏྲོང་བརྟེན། །རྒྱུངས་པོ་སེ་རལ་ཁ་ལ་ཁུར། །  
 དུང་སྤྱང་དཀར་པོ་ཞབས་སུ་ཞོན། །སློན་བ་ངམ་གྱི་ཡུལ་དུ་ཆས། །བསྐྱེད་པ་  
 དེ་ཡི་མོ་མཐུད་ནི། །གཅིག་གི་སྤྱི་ལེབ་བརྟེན་གཅིག་གི་ །སྤྱི་མེད་དཔུང་དཀར་

སང་ཡིན། །ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོའི་ཞལ་ན་རེ། །ཁྱེད་སྒྲོན་པ་བདུད་ལ་སོང་བ་ན། །  
 ཅིས་ཀྱང་སྒྲོན་པ་ལམ་འདུག་བས། །ད་རེས་མ་འགྲོ་གསུངས་ནས་སྟ། །དུང་  
 གླུང་དཀར་པོའི་སྒྲ་ལ་འཇུས། །དེ་ཡི་སྒྲ་མདུད་གལ་བར་ཡིན། །ཤ་ཆང་ཁུར་  
 བའི་ཐག་པ་བཅད། །དེ་ནས་སྒྲོན་པ་འགྲོ་བ་ཤོལ། །བཙུག་སྟུང་ཁེར་སྒྲུང་  
 བབས་བ་ཡིན། །དེར་ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོའི་ཞལ་ན་རེ། །སྒོ་ཁྱག་གཏང་ན་ང་ལ་  
 གཏོད། །གྲོས་ཆེན་འདྲི་ན་ང་ལ་དྲིས། །མཐུད་དང་དཔུང་ནི་ང་ལ་ཆོལ། །ངམ་  
 དང་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ཁམས་སྟ། །ཕོ་ལྷ་དུང་ཁུང་དཀར་པོ་སོང་། །སྒྲོན་སྟེས་གྱི་  
 སྟུལ་སྒྲ་ཁྱགས་གསུངས། །བདུན་ལ་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་དང་། །དགུ་ལ་སངས་སྟ་  
 གྱུར་རྒྱུད་ཡིན། །བཙུ་ཡི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་དང་། །བཙུག་ཅིག་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་  
 ཡིན། །དེ་དུས་མིད་པ་ཡེ་སྒྲོན་དེས། །ལྷ་མི་མང་པོའི་མདུད་མ་བསྟུས། །ཡེ་  
 བཤེན་དབང་རྫོགས་གཤེགས་སྟུགསོལ། །བསྐྱལ་བ་དེ་ཡི་མོ་མདུད་ནི། །  
 ཀར་སྤར་དུང་སྒྲོང་དཀར་པོ་ཡིན། །དུང་ཁུང་དཀར་པོ་ངམ་ཡུལ་དུ། །སྒྲོན་  
 སྟེས་སྒྲ་དེ་ཆོལ་དུ་སོང་། །བཙུག་ཅིག་བྱ་ཡུན་བཙུག་ནིས་ལ། །རུ་སོད་བབས་  
 བ་དེ་ལ་བྱ། །ཁ་འཛིན་ཡེ་གཤེན་དབང་རྫོགས་གྱིས། །ཡེ་ཤ་ངམ་ལ་ཨེ་ལོན་  
 དང་། །སྒྲོན་སྟེས་སྒྲ་དེ་ཨེ་ཁྱག་སོགས། །དུང་རྒྱུད་དཀར་པོ་རྒྱ་དུག་ལ། །མདུད་  
 བས་མྱིང་དཀར་སྟེང་དུ་འཕང་། །དིང་དིང་ཐིག་དུག་འབྲེལ་བ་བབས། །འདི་  
 ངམ་ལ་མི་ཉེ་ཡེ་ལ་ཉེ། །ཡེ་ཡི་ཕོ་ལྷ་དང་ནས་སྤང་། །ངམ་གྱི་ཕོ་ལྷ་རྒྱུད་ནས་  
 སྤང་། །ཡེ་ཤ་ངམ་ལ་ལོན་བ་དེ། །བཙུག་ཅིག་ཁ་ལེ་བཙུག་ནིས་ལ། །རུ་སོད་

བབས་པ་དེ་ལ་བྱ། གཡུ་འོད་ནམ་མཁའི་གྲུང་ཁང་དུ། སྤྱིད་པ་ཆེ་བྱས་མཛུགས་  
 མ་བྱས། འིན་ཆེན་དུང་གི་ཤོད་ཀར་ལ། རྒྱུང་མཁའ་ལྷ་ཡེས་བྱས་ནས་འཕང་།  
 ཤོ་མིག་བཙོ་བརྒྱད་ཡོད་པར་བབས། ཤོ་ཡི་ལ་ཉེ་དེ་ལྟར་བཟང་། བརྩ་གཅིག་  
 བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་དང་། བརྩ་གཉིས་དྲུང་ས་མ་གཡུ་མིག་ཡིན། ཡང་གྲུ་ཡང་  
 གསེར་གྱི་ཆོ་ལོ་ལ། ཤོ་གསུམ་མོ་གསུམ་མཚན་མ་བྱས། ལྷ་གཞི་དཀར་པོའི་  
 རྩེད་དུ་འཕང་། ཆོ་ལོའི་ལ་ཉེ་མཚན་ཏུ་བཟང་། བརྩ་གཅིག་སྟོ་སང་ཐོད་  
 དཀར་ལ། བརྩ་གཉིས་སྟོ་སང་གྱོད་ཐར་ཡིན། ཡང་དུང་གི་ལེབ་བྱང་དཀར་  
 པོ་ལ། ཅོག་ལ་མཚལ་གྱིས་རི་མོ་བྲིས། བརྩ་གཅིག་དག་གི་རེའུ་མིག་ལ།  
 མཁར་སྟོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བཏོད། མིག་མང་དབུས་ཀྱི་ལྷེ་བ་ལ། བཙན་པོ་གཅིག་  
 གི་བཙན་མཁར་བརྩ་གས། དག་མཁར་ཡིན་ནམ་རང་མཁར་ཡིན། དེ་ལ་  
 མིང་དུ་བཏགས་པ་ནི། ལ་ལས་ཐེག་ཆེན་བསྟོལ་མའི་རྒྱ་མདུད་ཟེར། ལ་ལས་  
 དྲང་ཆེན་སྟོང་པའི་གཡུ་མདོ་ཟེར། ལ་ལས་དབུས་ཀྱི་གཡུ་གསེར་རྩྭ་ཟེར།  
 གསེར་རྩྭ་སྟོན་པའི་རང་མཁར་བྱས། བརྩ་གཅིག་གཡུ་བརྩ་གཉིས་ལ།  
 བྱ་རལ་ལུམ་གསུས་བབས་ན་ཡིན། མིག་མང་ལ་ཉེ་དེ་ལྟར་བཟང་། དུང་  
 ལུག་དཀར་པོའི་ཐིག་གྲུ་ལ། རྩོགས་བཞི་དབུས་དང་ལྷ་རུབ་ལྷས། ཡེ་ངམ་  
 གང་རྒྱལ་ལ་ཉེ་བཏགས། ལྷ་གཞི་དཀར་པོའི་ཐོག་ཏུ་འཕང་། རྩ་གྲུ་ཨ་བུ་སྟག་  
 རིས་བྱང་། དེ་ཐོ་ལྷ་རྟ་ལ་ཞོན་པ་དེ། དག་ཡུལ་ཁ་ཞབས་ལོག་གོ་ཟེར།  
 བརྩ་གཅིག་དཀར་ཐོག་གཡུང་དུང་ལ། བརྩ་གཉིས་རུ་སོད་བབས་པ་ཡིན།

ཐིག་གྲུའི་ལ་ཉེ་དེ་ལྟར་བཟང་། །ཡང་དྲུང་གི་ཐེང་བ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད། །གཉིས་  
 ལུ་བཅད་ནས་གསུམ་དུ་བགང་། །རང་ས་རྒྱལ་ཁིང་དག་ས་ལམ། །ཐེང་ཐག་  
 ལྟ་དམག་རྒྱལ་མ་ལ། །ཐེང་བ་ལྟ་ཆེན་དམག་མི་ཡིན། །བརྒྱད་པོན་ལྟ་ལྟ་  
 སོ་ཡིན། །ཚུར་བགང་ལྟ་དམག་ཅིས་ལ་བཏབ། །ཡར་བགང་ངམ་གྱི་གཡུལ་  
 སོ་བརྒྱུག། །བཅུ་གཅིག་བྱ་ལུར་བཅུ་གཉིས་རུ་སོད་ཡིན། །ཐེང་བའི་ལ་ཉེ་དེ་  
 ལྟར་བཟང་། །དེ་ནས་མིན་པ་ཆེ་དུག་གིས། །སྒྲོན་པ་རྒྱལ་བར་སྒོ་ཐག་བཅད། །  
 འགྱུར་མེད་རྟེང་བཅད་ཁས་ལེན་བྱས། །བརྒྱད་ཀྱི་བག་ཆོ་ལུ་བརྒྱག་དང་། །  
 བཅུ་གཉིས་རྟེང་གི་མ་ཟེ་ཡིན། །དེ་ཆོ་སྒྲོན་གཤེན་ལྟ་རྣམས་ཀྱིས། །སྒྲོམ་ཁྱེར་  
 ཡ་ཤོང་མང་སྒྲེ་ལ། །བདུད་ཅི་དཔ་རྒྱལ་ལ་ཏུ་ཕྱིན། །དགུ་ལ་ཨ་ཁད་ཅི་མ་  
 དང་། །བཅུ་གཅིག་སྒྲུམ་རག་རང་རྒྱུ་ཡིན། །དེ་ནས་སྒྲོན་པ་སོ་ཉ་བཏང་། །  
 ངམ་ཁམས་ཡོངས་ལ་ཉལ་མ་བྱས། །ངམ་དག་སྒྲུའི་རྟེན་གསུམ་སྟོར། །མཐོང་  
 མི་ཡོད་ན་བཟན་པ་སྒྲིན། །ཁྲེམ་མི་ཡོད་ན་ཁྲེམ་ཁ་བཅས། །སྒྲུམ་ཏེ་ལུལ་ཁམས་  
 བརྒྱར་བའི་དུས། །ངམ་རྒྱུང་འཕྱུལ་སམས་ངས་མཐོང་བེད། །རང་ག་རང་གིས་  
 འདེད་བ་ལ། །རང་རྒྱུད་རང་གི་ཁྲེམ་སོ་བྱས། །བསྐྱལ་བ་དེ་ཡི་མོ་མདུད་ནི། །  
 བརྒྱད་ལ་ཐུང་ཁད་བཅུའི་ལི་ཡན། །དེ་ཆོ་ཡབ་རྩེ་སྒྲོན་པ་དེས། །བསེ་ཁབ་  
 ཤོལ་མང་རྒྱབ་ཏུ་ཁུར། །བཅུ་ཡི་གལ་བར་ཐོང་དཀར་ལ། །བཅུ་གཅིག་བག་  
 ཆོ་གཡུ་མིག་ཡིན། །སྒྲོན་རྟེ་མི་འགྱུར་ཤེལ་སྒྲེ་ལ། །དར་དཀར་གསལ་བག་  
 རྒྱབ་ཏུ་བགལ། །བརྒྱད་ཀྱི་རང་སྒྲོན་བཅུ་གཅིག་ལ། །དིང་དིང་ཐུ་ཐེར་དཀར་

བོ་ཡིན། །རྩ་འབྲུལ་སྐྱུལ་པ་གསེར་མགོ་ལ། །ལག་ཏུ་གནམ་མཁུགས་སྐྱ་རེ་  
 བྱིན། །བརྒྱད་ཀྱི་མུང་བྱལ་ར་བརྒྱག་དང་། །བརྒྱ་གཅིག་ཏུ་ཟེ་ཁ་ལང་ཡིན། །  
 དེ་ཆོ་རྒྱུད་གིས་སྒྲོན་པ་ཁྲིད། །རྒྱུད་དང་སྒྲོན་པ་མ་འཆམས་ནས། །འཆུབ་མའི་  
 མགོ་པོ་རལ་གྱིས་བཅད། །སྒྲ་ནི་ཅེ་ར་བང་ཐོག་ཡིན། །དེ་ནས་ཡེ་ཤུད་མག་ལ་  
 ཆས། །མཐུ་ཆེན་ཐེར་མ་མ་ཆས་ན། །ཡེ་ཤུད་མག་ལ་ཆས་ཐབས་མེད། །དེ་  
 བས་མཐུ་ཆེན་ཐེར་མ་ཆས། །ཡོང་པོ་རུ་མང་འདུས་སོ་སྐད། །ཐེར་མ་ཉི་ཉ་  
 འདུས་སོ་སྐད། །དཔའ་བརྟན་ལྟོག་མེད་ལ་སོགས་པའི། །དག་སྒྲ་མང་པོ་འདུས་  
 སོ་སྐད། །སྒྲ་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན། །དེ་ཆོ་དག་སྒྲ་འི་དཔའ་ཆས་ལ། །  
 དུ་མ་བརྒྱད་སོགས་ཐམས་ཅད་ཆོང་། །སྐྱུལ་པའི་དུང་ཁྱུང་དམ་ལ་ལྗིང་། །  
 ཡེ་ཤུད་གཏུང་གི་ར་མདར་སོང་། །གཏུང་མཁར་རྩར་གྱུད་ཀྱི་དོ་ལ་བཏགས། །  
 མི་འཆད་བསེའམ་འབྲེང་བསྐྱམ་པ་ལས། །དུང་ཁྱུང་ཐོར་བརྒྱུན་པོར་སྐྱུལ། །འབྲེང་  
 བ་བཅད་དེ་གཏུང་སྐྱར་ཁྲིེར། །ཐོས་ནས་བར་སྐྱང་ཁམས་སྐྱ་ཕྱིན། །དམ་བུ་  
 བག་གཤོག་རིང་ར་མདར་འོང་། །བྱ་གཉིས་བར་སྐྱང་ཁམས་སྐྱ་འཐབ། །བྱ་  
 མེད་མེ་སྟོད་སྐྱབ་གསུམ་མིད། །སྐྱར་དེ་མ་ཐུབ་མཆོལ་ལྟུང་། །མཆོལ་དུང་  
 ཁྱུང་སྐྱར་གྱིས་བཏབ། །སད་དང་སྐྱམ་དང་ལྗི་བུར་གྱི། །ཁུ་སྐྱར་སྐྱབ་གསུམ་  
 དེ་ལས་མིད། །དུང་ཁྱུང་དལ་ནས་བྲག་སྟེང་བབས། །ལག་པ་རྒྱབ་ལག་བྲས་  
 བས་བསྐྱད། །དུང་ཁྱུང་རྒྱབ་ལ་སྐྱ་རིས་ཆགས། །གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོ་སོ་སོར་  
 མིད། །སྐྱར་དེ་ཡེ་གཤེན་ཕྱག་ཏུ་བཏང་། །དམ་ཡུལ་བཅོན་པའི་ལོ་རྒྱས་བཤད།།



དེ་ནས་ཡེ་བའི་དག་སྒྲ་གསལ། ཁོ་ཆ་བགོས་ཤིང་མཚོན་ཆ་བརྟུང་། ཀི་སྒྲ་  
 བདེ་བའི་བསྐྱེད་ཀྱིས། རམ་ཡུལ་ཆམ་ལ་ཐབ་བ་ཡིན། རྒྱུ་ཆེ་མིད་པའི་  
 དཔེ་བཞིན་རུ། ར་ཐང་དམག་གི་འདྲེན་ལུགས་གཅིས། ར་དག་ལྷ་དག་ལ་  
 མོ་འདེབས་ན། རང་ས་བཅོན་ཞིང་བྱིས་ཆག རྩེ་འཛིན་དར་ན་དག་ལས་  
 རྒྱལ། རེ་ལ་གྲུབ་པ་མཐུ་ཆེན་སྐྱེས། རྒྱ་སྒྲའི་རྒྱལ་པོ་སྤེད་གྲུ་དང་། རོམ་  
 མགོ་སྒྲུང་སྤྱིང་ལ་སྐྱེས་པའི། རྒྱ་སྒྲ་མཆོད་གསུམ་སྤྱིང་མོར་བཅས། གཞན་  
 ཡང་སྒྲ་ཞིག་བརྒྱུག་སྤེད་དང་། བྲག་དང་སངས་ཀྱི་ལས་བྲག་རིགས། ཁོང་རུ་  
 བཤད་པ་དེ་རྣམས་ནི། གཅིག་ལ་སྐྱེས་པར་བབས་ནས་སྤྱ། བྱིས་ཆག་ན་  
 དག་ལས་རྒྱལ། གནང་ཅོར་སྤྱ་དག་ལོན་པ་ཡིན། རྒྱ་སྒྲའི་བྲ་མ་མཆོད་  
 བརྒྱད་ནི། རྒྱ་སྒྲའི་གོ་མཚོན་སྤྱ་དག་ལ། རབ་བའི་དག་སྒྲ་མཆོད་བརྒྱད་  
 ཡིན། རྩོག་ཁྱེན་གེ་རུ་དཀར་པོ་ལ། རམ་བཅོན་གྱི་བྱ་བཅན། ~~རྒྱ་~~  
 གོ་སྒྲུབ་འབྱུང་དབྱེད་སྤྱིན་པོ་ལ། ~~རྒྱ་~~ རམ་མེ་འཕྲོ་ཡང་ཤམ་ཅན། རལ་  
 གི་ཡ་ཆེན་དབལ་ལ། ~~རྒྱ་~~ རམ་དབལ་གྱི་དར་སྤྱིན། གཞུ་མོ་རང་  
 བརྟུང་ཉིད་ལ་ནི། ~~རྒྱ་~~ རམ་ཁྱེན་དཀར་ཆེན་ཅན། མདའ་མོ་རང་འཕྲེན་  
 ཉིད་ལ་ནི། ~~རྒྱ་~~ རམ་དབལ་གྱི་མདའ་ཕྱུང་ཅན། མདའ་མོ་རང་འདེབས་  
 ཉིད་ལ་ནི། ~~རྒྱ་~~ རམ་མེ་ཡི་བ་དན་ཅན། ལུབ་མོ་རང་འཕྲེན་ཉིད་ལ་  
 བྱི། ~~རྒྱ་~~ རམ་རྒྱུད་གི་ཞལ་ཤམ་ཅན། ཞགས་པ་རང་བསྐྱེད་ཉིད་ལ་ནི།  
~~རྒྱ་~~ རམ་སྒྲོག་གི་ལྷ་མཚོ་ཞགས་ཅན། ལྷགས་ཀྱི་རང་འཕྲེན་ཉིད་ལ་

[illegible]

~~མེ~~ འདི་མདའ་ཁ་ཏ་ཡོག་ཏ་བྱ་བ་ཡིན། ~~མེ~~ འདི་ནི་འདོད་འཛོལ་  
 བ་མོ་ཡིན། ~~མེ~~ འདི་བྱི་དང་ལེ་དྲུང་ལེ་བྱ་བ་ཡིན། འིང་དིང་ཤག་བག་  
 གུར་ཆེན་འདི། །མ་སང་བཞུགས་པའི་ཡུལ་གཅིག་ཡིན། འདུ་ཅ་ལི་ཤག་  
 དམར་མོ་འདི། །མ་སང་དག་སྒྲུའི་སྒྲུ་མོ་ཡིན། གྱེ་བ་སང་དེ་གོ་གོད་འདི། །  
 ལྷ་ཆེན་ལུ་ཤེར་དཀར་པོ་ཡིན། །མ་སང་ཁ་འཛིན་བྱེད་པའི་ལྷ། ཤེ་རིང་སྒྲུ་ཆོ་  
 བརྒྱུ་ཅན་འདི། །མ་སང་བསེ་ཡི་མཁར་པོ་ཆེ། ~~མེ~~ མཐུ་ཆེན་ཤེར་མ་  
 ཉི་ཉ་དེ། །མ་སང་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོང་ལྷ་ཡིན། བྱ་ཡུན་བྱ་བུར་ལུ་སའི་བརྒྱུ་  
 ཅན་དེ། ཉི་མོ་ག་ལྷ་ལུ་སྒྲུ་མའི་ཁྲབ། །ཤེར་མའི་སྒྲུ་ཡི་རྒྱན་ཆ་ཡིན། །  
 ལྷས་པོ་གཉེན་གྱི་སྒྲུ་མདུད་སྒྲོགས་དཔེ་ལས་ཆད་སྒྲུར་འཛུང། དེ་ལྟར་མ་སང་སྒྲོར་འདི་  
 རྣམས། །རང་སར་བབས་པ་ཤིན་ཏུ་གཅིས། འདུ་ཡི་ཁ་ལང་ཆེན་པོ་དེ། །  
 སྒྲིན་པོ་གཉེན་རིང་སྒྲུ་གནས་ཡིན། །ཡང་མདུད་པ་དཔའ་པོ་བརྒྱ་གསུམ་ནི། །  
 དམག་གི་ཕྱི་ལམ་གཅང་མ་ནི། འིང་དིང་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ཡིན། །གནང་ལ་ཕྱི་  
 བང་མེད་པ་ནི། ཤིང་ཐོག་གུར་ཐུང་མཆོ་ཡིན། །འཕྲུག་པའི་གཡུལ་རྒྱུ་  
 གཅང་བ་ནི། འདོག་རྒྱུ་ལུ་མཆེད་གསུམ་ཡིན། །འདི་རྣམས་བབས་ས་བརྒྱ་  
 གཅིག་གཅིས། །རྒྱུ་སྒྲུར་ར་ལ་བརྒྱུ་གཉིས་ནི། འདུ་ལྷུང་མགོ་ཡི་ལོ་ར་ལུ་  
 ཡིན། །སང་གྱི་རྩ་མང་རྩ་མང་ནི། འདམག་མི་ཆང་པའི་རྩེ་ལུ་ཡིན། །སོ་ལ་ཁ་  
 རོག་མའི་ཁོང་ཁྲག་དེ། །སྒྲུ་མ་གྱི་དྲུང་ས་མ་གཡུ་སྒྲོན་ཡིན། །འཕྲུག་རྩེ་ས་རང་  
 གོས་ཐོབ་པ་ནི། །སང་གྱི་ལ་མང་དཀར་ཐོག་ཡིན། །མཐོན་པོ་དགུང་གི་སྒྲོག་

མཁར་ནི། །དཀར་ཐོག་གཡུང་བྱང་ཆེན་མོ་ཡིན། །དག་ཡུལ་བྱག་ས་ཀྱིས་མུང་  
མི་དེ། །སྒྱུ་མ་ཆད་མ་བྲ་བྲ་ཡིན། །ལྷན་པོ་མུབ་ཀྱིས་འགབ་མི་དེ། །གལ་  
བར་སྒྲུང་ཆེན་ཐོད་དཀར་ཡིན། །དག་རོ་ཐང་དམར་བདེལ་མི་དེ། །སྒྱུ་མ་མཉམ་  
སྒྲུག་མོ་མཁལ་དཀར་ཡིན། །དོག་མོ་སེལ་བགས་པ་སྟེ། །གནང་ལ་སྒྲུང་བགོས་  
བྱེད་མི་དེ། །སྒྲིན་དིང་གོ་ལ་མོ་སྒྲིང་ཆེན་ཡིན། །འདི་གསུམ་བབས་ས་བརྒྱད་  
མིག་ཡིན། །~~ཡང་དཔལ་སྤར་རོས་འཛིན་བྱེད་མི་དེ།~~ །རྒྱལ་བུ་སྒྲིད་ཀྱི་ཡེ་  
གཤེན་ཡིན། །པམ་རྒྱལ་སྒྲུ་རིས་བྱེད་མི་ཡིན། །མདུད་པ་དཔལ་པོ་བརྒྱག་སྒྲུམ་  
འདི། །རང་སའི་བཅོན་སར་བབས་པ་ན། །འབྲུག་པའི་རྒྱལ་ཁ་ལོན་པ་ཡིན། །  
གཡུང་བྱང་རྣམས་དང་འཕྲད་ཅན་ན། །ཁ་རྩེ་ཅན་ལས་རྒྱལ་ཁ་ལོན། །བྲག་ལ་  
བཅོན་དར་ཅན་དང་ནི། །སྒྲུ་ཞིབ་ལ་ནི་རྒྱང་གངས་ཅན། །སད་རིགས་འཕན་  
དར་ཅན་དང་ནི། །བརྒྱག་རིགས་ལ་ནི་ལྷུག་པོ་དང་། །སྒྲིག་ས་རིགས་ནོར་ངན་  
ཅན་ལས་ནི། །རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པར་བཤད་པ་ཡིན། །ཡང་ཁས་བྲག་མདུད་པ་  
བརྒྱག་སྒྲུམ་ནི། །བྱ་བྲུང་མགོ་ཡི་ནོར་བུ་ནི། །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་འདི་དང་ནི། །  
གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོའི་ཁ་རྒྱུ་ནི། །རྩང་ཟེ་ཁ་ལང་ཆེན་མོ་ཡིན། །དྲུང་གཡུ་མོའི་  
མཁྱིས་པ་ནི། །ལྷ་ས་ཡ་རིད་ལ་དཀར་ཡིན། །སྒྲུ་བྱ་རོག་པོའི་ཁོང་ཁྲག་ནི། །  
བྱ་སོད་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ཡིན། །བྲེ་མ་སྒྲེབ་ཅའི་བྱས་པ་ནི། །རྩང་ཟེ་ཁ་ལང་ཆེན་  
མོ་ཡིན། །ཐང་དཀར་རྫོད་པོའི་མཁལ་ཁེབ་ནི། །ཆོལ་ཆོལ་ལུ་གུ་དཀར་པོ་ཡིན། །  
མཚལ་བྱ་སྒྲུན་གཅིག་མིག་འབྲས་ནི། །སོ་ཡོན་ནག་མོའི་ར་བརྒྱག་ཡིན། །

ཕྱོག་ཀྱང་ཁ་མོའི་འགྱུར་སྐད་ནི། དཀར་ཐོག་གཡུང་རྒྱུད་ཆེན་མོ་ཡིན། །བྱ་  
 བྱང་མགོ་ཡི་བསེ་སྐམ་ནི། །བྱ་བྱར་ནག་མོ་གསེར་ཐིག་ཡིན། །ཁྱ་བྱག་ཞབས་  
 གྱི་དབང་ལྷ་མ་ནི། །སྒྱུ་མ་མེ་གཡུ་ཡི་ཆུ་མིག་ཡིན། །པོང་ཆུང་རྒྱབ་གྱི་སྒྱག་  
 རིས་དེ། །ཨ་པད་ཅེ་མ་ཞེས་པ་ཡིན། །པ་པོང་ཡེ་ཟེའི་དན་ཆུ་དེ། །སྒྱུ་ཆད་  
 ལུ་ལ་བརྒྱག་སོང་ཡིན། །མ་བྱའི་རྒྱབ་གྱི་ལྷེ་མ་དར་དེ། །སྒྱུ་གྱི་དྲུང་ས་མ་གཡུ་  
 སྒྲོན་ཡིན། །འདི་རྒྱམས་ཚབ་ཆེན་ནད་པ་མ་གཏོགས་པའི། །ཅི་བདུབ་རང་  
 སར་བབས་ན་བཟང་། །བྱེས་སུ་མགོན་ཡག་ཡུལ་དུ་བྱ་སྒྲེ་ཡིན། །བྱིས་ར་བབ་  
 ཏུ་མི་རུང་རོ། །ཡང་དུང་བྱང་མགོ་ཡི་གཡུ་མོག་དེ། །བྱ་བྱར་གསེར་ཐིག་ཉིད་  
 ཏུ་བཤད། །འཕྲོང་བུའི་མགོ་ཡི་རུ་བྱར་དེ། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་དཀར་པོ་ཡིན། །  
 སྒྱག་མོའི་རྒྱབ་གྱི་ཐང་ཤད། །སད་ལང་ཆོས་གྱི་དཀར་ཐོག་ཡིན། །གཟིག་  
 མོའི་རྒྱབ་གྱི་ཐིག་ལེ་དེ། །དམུ་ཅུ་ལི་ཤག་དམར་མོ་ཡིན། །སྒྱག་བྱེ་མ་ལེབ་གྱི་  
 རུས་པ་དེ། །ད་རོག་ཟུ་ཁ་ལི་ཡན་ཡིན། །སོལ་བྱ་རོག་པོའི་ཁོང་ཁྱག་དེ། །སྒྱུ་  
 གྱི་དྲུང་ས་མ་གཡུ་སྒྲོན་ཡིན། །བྱང་མའི་རྒྱབ་གྱི་སྒྱག་རིས་དེ། །བག་སྒྲེར་བྱད་  
 མ་གཟིག་ཤོག་ཡིན། །འདི་རྒྱམས་རང་སར་བབས་ན་བཟང་། །དག་སྒྲའི་དར་  
 མ་སྒྲུན་བརྒྱད་ནི། །སེམས་མི་འགྱུར་དབང་སྤྱིང་ལྷགས་བྲུ་ཡིན། །མི་མི་འཆི་  
 བདུད་ཅི་དཀར་ཐོག་གཡུང་རྒྱུད་ཡིན། །ལུས་རྒྱད་མེད་ལང་ཆོ་ཆོལ་ཆོ་ལུ་གུ་  
 ཡིན། །ཞོར་དགོས་འདོད་ཞོར་བྱ་རལ་རིན་ཆེན་ཡིན། །སྒྲོ་མི་འགྱུར་བརྟན་  
 པ་མོག་མོ་བྱ་བྱར་ཡིན། །མཚོན་རྩྭ་གཙོད་ཅོར་བང་ཐོག་ཡིན། །རྟ་ཅང་ཤེས་

ཀྱེ་བ་སངས་ལྷོ་ཡིན། ཁོ་སྤྱབ་ཆེན་གལ་བར་གླིང་བརྒྱག་ཡིན། །ལྷ་འདི་བརྒྱད་  
གནས་མལ་མ་ཤོར་ན། །བུ་དམ་ཡུལ་སོད་ཀྱང་མི་བསྐྱེད། །ལུས་མདའ་མཚོན་  
ཁུར་ཀྱང་ཡ་མིང་། །ཤི་སྐད་དགུང་དུ་བསྐྱགས་ཀྱང་ཉམས་མི་ཆ། །རུས་པ་  
སིལ་བུར་འཐོར་ཀྱང་སེམས་མི་གཡོ། །ཁོང་བྲག་ཐང་ལ་ལོས་ཀྱང་དོགས་མི་  
ཚོལ། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། །བབས་ན་གཡོན་ཚོག་ཁད་མར་  
ཐོགས། །ཁྱི་སར་རྒྱལ་ཁ་དག་ལ་འཚོར། །གཞན་ཡང་དག་སྤྱོད་བཅུ་གསུམ་  
དང་། །ལམ་ལྷ་ལ་སོགས་གཞན་དུ་བསྟན། །བུད་པའ་བོ་སྟོག་དམར་མི་བུར་  
ཡིན། །དེ་ཡན་ན་དཔའ་བོ་གཅིག་ལས་མེད། །དེ་དཔའ་བོ་རམ་པ་སྟག་འཕྱ་  
ཡིན། །རྟ་མགྲོགས་པ་རང་པ་བྱགས་ལྟ་ཡིན། །དེ་ཡན་ན་མགྲོགས་པ་གཅིག་  
ལས་མེད། །ལི་ཡན་རྒྱུད་ཁྱི་གཤོག་ནག་ཡིན། །མཚོན་ཚོན་པོ་གངས་ཅེ་རུ་  
དཀར་ཡིན། །དེ་ཡན་ན་ཚོན་པོ་གཅིག་ལས་མེད། །དེ་ཅེ་ར་གནམ་ལྷགས་རལ་  
གྲི་ཡིན། །ཟས་ཞིམ་པོ་འབྲི་འདཀར་མོ་ཡིན། །དེ་ཡན་ན་ཞིམ་པོ་གཅིག་ལས་  
མེད། །དེ་སྐྱམ་རྒྱུད་ལྷུ་ཡི་བདུད་ཅི་ཡིན། །གཏམ་སྟན་པ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །  
དེ་ཡན་ན་སྟན་པ་གཅིག་ལས་མེད། །དེ་རང་སྟན་པ་ཀྱེ་ཤིས་དུང་དཀར་ཡིན། །  
རྒྱ་གཅིས་པ་དཔལ་དཀར་མེ་ལོང་ཡིན། །དེ་ཡན་ན་གཅིས་པ་གཅིག་ལས་  
མེད། །དེ་བྱ་བྱུང་མགོ་ཡི་ལོར་བུ་ཡིན། །ཁྱི་བཙན་པོ་ཁྱི་ནག་ལག་དཀར་ཡིན། །  
དེ་ཡན་ན་བཙན་པོ་གཅིག་ལས་མེད། །རམ་གྱི་ཁྱི་ནག་ལྷགས་མགོ་ཡིན། །  
དེ་རྒྱམས་རང་སར་བབས་ན་བཟང་། །མདོར་ན་དག་སྤྱོད་བཟང་ལྷེ་རྒྱམས། །

གཅིག་སོགས་རང་སར་བབས་ནས་སྟ། །གཉིས་སོགས་བྱི་ས་ཆག་པ་ན། །  
 དག་ཐུབ་ནོར་གྱིས་འཛོང་བ་སྟེ། །དཔེར་ན་བདུན་བརྒྱད་དཔའ་སྟེ་བབས། །  
 ལྷ་དགུར་སྟོ་བྲག་རྩོད་གསུམ་ན། །དག་སོད་སྟོ་བྲག་རྩ་ཐོབ་དོ། །སྟེར་བྲག་  
 རོར་དང་རྩོད་བྲག་ལྟག་ །ཕུར་བར་དྲིལ་ལ་སྒྱུམ་བྲག་ཁྱིམ་སྟུང་དང་། །ལྷགས་  
 ཆམ་རྩོད་ཐོབ་དོ་ཡིན། །བྱ་ལམ་སྟུན་བབས་གནང་ཐོབ་དོ། །གཅིག་ལ་མ་  
 སང་དཔའ་སྟེ་བབས། །གཉིས་ཞན་གསུམ་ལ་ནོར་དོན། །མ་སང་བྱིན་ལེན་  
 འཕྲོད་པ་ཡིན། །བཞི་ལྷ་རྟུག་སོགས་དེ་ཡིས་འགྲེས། །བདུན་དང་བརྒྱད་ལ་  
 མ་སང་བབས། །ལྷ་དགུ་ཆག་ནའང་དེ་དང་འདྲ། །ལར་གཅིག་འདི་མ་སང་  
 གཞི་འཛིན་ས། །གཉིས་འདི་མ་སང་དོག་སོ་ཡིན། །གསུམ་གཡའ་བཙུན་བྲང་  
 ས་ཐབ་ས་ཡིན། །བཞི་འདི་མ་སང་བཙན་རྩོད་ཡིན། །ལྷ་དག་ས་གཉའ་རིང་  
 སྟོན་གྱི་ས། །རྟུག་གཡའ་འབྱུམ་མོ་ཡི་སོ་བ་ཡིན། །བདུན་གཡའ་སྟང་སྟུན་  
 གཅིག་སྟེར་ཡིན། །བརྒྱད་མ་སང་གཡའ་སྟང་སོ་བ་ཡིན། །དགུ་སྟོན་པོ་བྲག་  
 མིག་སོ་བ་ཡིན། །བརྟུམ་སང་མགོ་དཔོན་འདུག་ས་ཡིན། །བརྟུག་ཅིག་མ་སང་  
 དག་ལ་ཆས་ས་ཡིན། །བརྟུག་ཉིས་མ་སང་བྱི་ལམ་སྟུང་ས་ཡིན། །བརྟུག་སུམ་  
 མ་སང་གནང་གི་འཛོང་ས་ཡིན། །དེ་ལ་བཙན་སང་དཔའ་སྟེ་དགོས། །མ་སང་  
 དག་སྟེ་ཁས་དྲག་རིགས། །བབས་པ་དེ་ལ་དཔའ་སྟེ་ཟེར། །དོན་སར་ནོར་དོ་  
 གོག་དོ་དགོས། །དག་སང་བྱ་རལ་སྒྱུམ་ལ་སོགས། །མགོན་ཕྱུང་སྐབས་བཤད་  
 བཞིན་བབས་ན། །དག་ཐུབ་དོན་གྲུབ་ནོར་ལོན་ཡིན། །བྱི་སར་མ་སང་རང་

ས་ཆག་ |དག་པོ་མི་སྤུའ་རང་ཉིད་པམ། |གཞན་ཡང་བྲག་གི་ཁས་བྲག་དང་། |  
 སད་རིགས་བཟང་སྡེ་རང་སར་བབས། |བྱི་ས་ཞན་ན་དག་པོ་སོད། |གནང་  
 ཅོར་སྒྲ་ཆོག་ས་ལོན་ངོ་ཡིན། |བྱི་སར་གཅོད་སྒྲར་སྒྲན་དགུ་གཅིས། |སྒྲིང་བྲག་  
 སྒྲུམ་བྲག་སོ་ཡོན་གསུམ། |ནགས་རིགས་གཅོད་པའི་སྒྲ་རེ་ཡིན། |ལི་ཡན་སེ་  
 སྟོད་སྟོ་བར་གསུམ། |དམར་རིགས་གཅོད་པའི་སྒྲ་རེ་ཡིན། |ཁྱིང་དང་མ་ཟེ་  
 བྱ་རལ་གསུམ། |སྒྲ་རིགས་གཅོད་པའི་སྒྲ་རེ་ཡིན། |མ་བརྟེན་ཡིད་ལ་བཟུང་  
 བ་ཤིན་ཏུ་མཐོ། |ལར་རྒྱལ་རྒྱུར་རྒྱལ་གང་ལ་ཡང་། |དག་ངོ་ཡོད་པ་བཤད་  
 བྱན། |གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་བྲག་ར་བརྒྱག་དེ། |སྒྲག་མོ་གཟན་ཆོལ་ལམ་དུ་འདུག་  
 པའི་དག། |དགའི་ཀྱེ་བ་བག་ཐོག་ཁྱི་སྒྲར་ན། |བྱུང་ཆེན་གཟན་ཆོལ་ལམ་དུ་  
 འདུག་པའི་དག། |བཅུ་གཉིས་སྟོ་ཡི་མ་ཟེ་ཨོག་དམར་འདི། |ཁྱིང་ཀྱི་རྒྱག་པ་  
 ལམ་དུ་འདུག་པའི་དག། |ལྷ་ཡི་ཁྱིང་གི་ལི་ཤོ་དམར་མོ་དེ། |སྒྲིང་མོ་གཟན་  
 ཆོལ་ལམ་དུ་འདུག་པའི་དག། |དེ་བཞི་ལན་གྱིས་མི་འགྱུར་དག་ངོ་ཡིན། |  
 གཉིས་ཀྱི་བྱ་སྒྲར་བརྒྱག་ཅན་ནམ། |ཡང་ན་རེ་སེ་ཀྱུ་ཞེ་དང་། |ལྷ་ལ་སད་ཀྱི་  
 བྱ་མིག་ལྷག་སྒྲིང་དང་། |དགུ་ལ་ན་འབན་སྐར་ཆེན་དང་། |བཅུ་གཉིས་རུ་སོད་  
 དཔལ་དར་དེ། |གཏོ་ཡི་མི་འགྱུར་དག་ངོ་ཡིན། |གཅིག་གི་སོ་ཡོན་གཉིས་  
 ཀྱང་སྒྲར། |ལོང་པའི་སྟེང་དུ་མིག་ཅན་ལོང་པའི་དག། |བཞི་ཡི་ལི་ཡན་ལྷ་ལ་  
 ཁྱི་སྒྲར་བརྒྱག་ |ཡུ་བོའི་སྟེང་དུ་ར་ཅན་ལོང་པའི་དག། |གཅིག་སྒྲུམ་གཉིས་  
 ལ་སྟོག་དམར་ཁྱི་སྒྲར་ན། |ལེར་ཅན་སྟེང་དུ་གྱི་ཅན་སྒྲིང་པའི་དག། |བརྒྱད་



སྒྱུམ་མ་ཟེ་དགྲུལ་རུ་སོང་བརྒྱུག། གཅེར་ལུའི་སྤྲེད་དུ་བྲབ་ཆེན་འབྲུང་བའི་  
 དག། །དེ་སོགས་དག་གཤེད་མཐུད་པར་བརྟག། གཅིག་གཉིས་སོགས་སྒྲུ་  
 མ་ཟེ་དང་། འཁ་འབན་དེ་ཕྱོགས་འབྲུག་པའི་ངོ་། །ཡང་སྒྱུམ་བཞི་བསྟུང་ལན་  
 ཏུ་ལྷི་བྱར་ན། །སྒྱུམ་གྱི་བ་མོ་ཐོག་རྩིས་བྱས། །བ་མོ་ཁུ་མི་ཁོམ་པའི་དག་ངོ་  
 ཡིན། །དིང་དིང་བཞི་བསྟུང་ན་འབན་ན། །དིང་དིང་སེར་བུ་ཤོད་ཤོར་ཡིན། །  
 ཤོད་ཕྱེ་མི་ཁོམ་དག་ངོ་ཡིན། །ལི་ཡན་བཞི་བསྟུང་ལྷི་བྱར་ན། །ལི་ཡན་གྲུ་བ་  
 ཐབ་ངོ་ཡིན། །གཞུ་བརྟུང་མི་ཁོམ་དག་ངོ་ཡིན། །ཨ་ཁད་བཞི་བསྟུང་རུ་སོང་  
 བ། །འབྲུང་བ་མེ་ལྷགས་འཐབ་བ་ཡིན། །ལྷགས་འབྱེད་མི་ཁོམ་དག་ངོ་  
 ཡིན། །རང་སར་ཤོད་བྱར་བསྟུང་ནས་སྒྲུ། །ཕྱི་སར་ལྷི་བྱར་བབས་བ་ན། །  
 བྱེལ་བྲག་གཉིས་ཀྱི་བདའ་དེད་ཡིན། །རྒྱང་ཐང་མདའ་ཁ་བྱེད་ངོ་ཡིན། །གཅིག་  
 བ་འབན་གཉིས་ལ་ལྷི་བྱར་ན། །ཤར་ཕྱོགས་རྒྱུ་ཡི་གཡལ་སོ་འགྲུལ། །དེ་  
 བཞིན་ལྷག་མ་གསུམ་ལ་འགྲེས། །རང་སར་གང་དང་གང་བསྟུང་གྲང་། །ཕྱི་  
 སར་ལྷི་བྱར་སྒྲུམ་མཉམ་བརྒྱག་ཅན་ནམ། །མོ་རྟོད་རྣམ་གསུམ་གང་བབས་  
 གྲང་། །དག་ངོ་ཡིན་པར་ཤེས་བྱས་ནས། །བཞི་ལ་བབས་ན་འགྲོ་བ་བཤོལ་  
 བ་བཟང་། །བྱེས་སྒྲུ་སྒྲུང་ས་སྒྲོས་ན་བཟང་། །མོ་རྟོད་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། །  
 མ་ཟེན་འབན་རུ་སོང་ཡིན། །ཡང་བརྩ་གཉིས་དིང་དིང་ཁ་ལེན། །ལྷ་གཡལ་  
 འདྲ་བའི་དག་ངོ་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་ཡུང་བར་ནེ་རྩ་སེ་སྟོང་ན། །དག་འབྲུལ་  
 གྱི་རྒྱུ་མཆོ་འདྲ་བ་ལ། །བྱན་ངམ་རྒྱུང་འཕྲུབ་མས་ཐོབ་ཤལ་བྱས། །མཆོ་འགྲུམ་

ཞིག་ཏུ་གནད་ཆེན་ཐོབ། །གྲགས་པ་ཅན་གྱི་མི་གཅིག་ཟིན། །དེ་བཞིན་བཙུ་  
གཉིས་བཙུག་སྐྱུ་ལ། །རྒྱ་རྒྱ་དུང་མེད་སྐྱུ་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱ་ལ། །ཟུར་རྒྱ་མོས་  
དག་ཡི་མེད་གོ་བས་ད། །བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་སྒྱིན་དེད་གཡུ་ཐོག་ན། །དག་  
མཁར་མཐོར་ཟུན་གྱི་དོ་སྒྲིག་ཐོག། །དུང་དག་དུང་ཤིང་བརྒྱག་པ་དང་། །སྒྱིན་  
དེད་གཡུ་ཐོག་བབས་པ་ན། །དག་ལྷག་ཕན་ཟུན་གྱི་དོ་ཡིས་མཁན། །ཞལ་ཁད་  
ཅེ་མ་བྱ་མེད་སེ་སྟོད་ན། །དག་སྐྱུ་མོ་ཟུན་གྱི་སྒྲིང་གིས་བས་ད། །སྒྲིག་དམར་  
མི་བུར་མ་སྐྱུ་ལ། །དག་ཡི་མཚོན་ཆོན་ཟུན་གྱི་སོལ་མེས་བཞུས། །ལྷ་ཟེ་  
ཁ་ལང་བྱོད་ལུར་ན། །དག་བན་སྒྲིང་སྒྲིག་པོའི་བགས་པ་དེ། །ཟུན་རི་བོད་ལག་  
གཡུ་བྱས་པས་བཞུས། །ཡར་ལྷ་དུང་བར་མིག་རྒྱ་དོ་ལི་ཡན་ན། །དག་ཡི་ཕྱོག་  
འཕུ་ཟུན་གྱི་རྒྱུད་གིས་བཅད། །དིང་དིང་བརྒྱག་གསུམ་ན་འབན་ན། །དག་ཡི་  
ལོ་ཐོག་ཟུན་གྱི་མེར་བས་བརྒྱད། །བཙུག་ཉིས་བྱ་བརྒྱག་གཡུ་བརྒྱག་དང་།  
གཡུ་དུང་དེགས་རྒྱུ་ལས་གང་བབས་ཀྱང་། །བཙུག་སྐྱུ་མ་ཆད་སྐྱུ་གན་  
དང་། །རྒྱ་དོ་ལི་ཡན་ལུང་ཁད་དང་། །ལུང་རལ་ཀྱ་ཆད་གཡུག་གྱ་བྱག་ །མ་ཟེ་  
སྒྲོ་བཞི་སེ་སྟོད་དེགས། །རུ་སྟོད་དན་དེགས་གང་བབས་ཀྱང་། །དག་ཡི་ཆོ་  
གཅིག་བསོགས་པའི་ཟས་ལོར་དེ། །ཟུན་སྒྲོ་བུམ་འདྲ་བའི་ནད་དུ་བྱགས། །  
ཡུལ་མཁར་རྒྱས་ཆེན་ཅོད་ན་བཟང་། །ཡུལ་དྲོ་ས་འཇམ་མོ་ལ་དན། །བཙུ་  
གཉིས་གཡུ་བར་ཐོད་དཀར་ལ། །བཙུག་སྐྱུ་སྟེང་གི་བག་མྱི་ན། །རེ་བྱུག་  
པ་གསུང་ལ་ལོག། །ད་དན་པ་དག་ལུ་བཅོ་བརྒྱད་བཤད། །བཙུག་ཉིས་ལ་

**3 2 1**

གཡོག་གཏུག་ཤར་བྱེད་ཉིན་བཟང་། ཁང་ནོར་མི་འཆར་རྗེའུ་ཡིན། ཁོ་སང་  
ནི་གྲུ་སྐྱམ་ལི་ཡན། དག་གཡུ་སྤྱད་ཟུན་གྱི་ཆར་པས་བཅོམ། གཡོག་པོས་  
དཔོན་ལ་ཆོལ་ཉིན་བཟང་། རང་མགོ་མི་གཡོགས་རྗེའུ་ཡིན། ཁོ་སང་ནི་གྲུ་  
ནག་ཐོག་སེལྟོད་ན། རྒྱུས་ལུ་གྱོད་ལས་ཐར་པ་ཡིན། ཆོལ་ཆེ་ལུ་བརྒྱག་སོ་  
ཡོན་ན། དག་མགར་ནག་ཏི་ཆ་ཁབ་ཏུ་བསིལ། བར་གྱིས་རྗེ་ལ་ཆོལ་ན་  
བཟང་། ཁ་ཆེ་ཡེ་སང་སྐྱེར་དཀར་ན། དག་ཆར་ལང་ཟུན་གྱི་ཁ་པོས་བསྐྱབ།  
གྱོད་ཅན་གཏུག་ཤར་བྱེད་ཉིན་བཟང་། རང་ལུལ་མི་འཆར་རྗེའུ་ཡིན། ཁོ་  
བྱ་ལིང་ཐང་དམུ་དག་ན། དག་མི་ཆར་ཟུན་གྱི་ཐོག་བཤལ་བྱས། ལ་སྐྱུན་པ་  
ཤ་གཉེར་ཉིན་བཟང་། ཁྱི་ལུར་སྟོན་པོ་སྐྱེར་ནག་ལུར་ཟུང་བྲག་ དག་ཤ་ཏུ་  
གཟིང་པ་སྟོན་ཁྱིས་བཀུག ལ་ཆེན་པ་བར་འབྲུག་ཉིན་བཟང་། དཔོན་ས་མི་  
འཆར་རྗེའུ་ཡིན། གཡས་བརྒྱག་རིགས་དང་ལི་ཡན་བརྒྱག་ དག་ངམ་སྐས་  
ཟུན་གྱི་སྟོན་པས་བསང། སྐུམ་མཉམ་སྐྱག་མོ་སོ་ཡོན་ཐུན་ཁྱག་ན། དག་  
དུང་སྤང་ཆར་ནས་ལང་འདྲ་བ། ཟུན་ཁོ་ཆུ་པ་པོང་དག་གིས་མནན། རྒྱུས་  
དར་མ་དཔའ་འཐབ་བྱེད་ཉིན་བཟང་། རང་སྟོག་མི་འཆར་རྗེའུ་ཡིན། རྟོང་  
ཁད་ལུང་བར་བྱ་རལ་ན། དག་ངམ་སྐྱིན་ཟུན་གྱི་རྒྱུང་གིས་གཏོར། སྟོ་ཆོད་  
མ་ཟེ་རྟོང་དམར་སེལྟོད་ན། དག་ངམ་བཅོན་ཟུན་གྱིས་ཐུབ་པ་ཡིན། ལ་ཤ་  
འཕྱད་པའི་ཉིན་བར་བཟང་། བག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་མ་བཀྲ་བུ་སེན། དག་ལ་  
ཟུན་གྱིས་ཐོག་བཤལ་བྱས། ལྷག་སའོ་གཅིག་སྤྱད་ན་བཟང་། བལ་མར་ལྷ་

རབ་ཚང་བཡིན། །བུ་སྒོག་མི་འཆད་རྩི་ཡིན། །སོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་གལ་བར་  
 སྒོ་བརྒྱུག་ན། །དག་སྒྲིན་གཡག་ཟུན་གྱིས་བཤས་བཡིན། །གཞན་ཡང་བརྩ་  
 གཉིས་བརྩ་གསུམ་ལ། །བྱ་ཡུན་དཔུལ་ཆབ་མུང་ཁང་ན། །དག་ཉི་ཤར་ཟུན་  
 གྱི་རྩལ་འཕྲུབ་བསྐྱེབས། །སྡེ་ཆུས་ཚུང་བའི་ཉིན་པར་དགོས། །མུ་ས་ཚུང་བན་  
 མུང་བྱར་ན། །ཟུན་གྱི་ཁྱི་ཁག་ལྷགས་མགོ་དེས། །དག་ཡི་གྱུད་པ་མུར་དུ་དེ། །  
 གཞི་བྱེས་གཉིས་གྱི་དམག་དཔོན་ཡིན། །ཏིར་བོད་འབྲུགས་པ་བྱད་ཉིན་དགོས། །  
 སྒོ་བར་ལིང་ཀུན་སོ་ཡོན་ཁག་མོ་ན། །དག་ཁམས་སྒོ་བབ་བྱེད་བཤེས། །ཟུན་  
 ལ་ཅི་འདོད་སྒྲ་དགྲ་བསྒྲུལ། །ཟུན་རྟག་ཏུ་རྒྱལ་བ་གཏན་ཆོགས་ཡིན། །མིང་  
 རྩེ་ནང་འབྲུགས་བྱེད་ན་དགོས། །དེས་མཆོན་གཞན་གྱུང་ཤེས་པར་བྱ། །དེ་  
 མོགས་ཁྱི་སར་བརྒྱུག་བཟང་ཁས་དྲག་ན། །ལན་དུ་བན་རིགས་གཤེད་དུ་སོང་  
 བས་བཟང་། །བརྩ་གཉིས་བྲག་གི་བན་རིགས་དང་། །བརྩ་གསུམ་སྒྲུམ་ཆོགས་  
 འཕྱོར་གསུམ་ན། །རྒྱལ་ཅེ་འཛིན་གཅིག་ལ་བབ་ན་བཟང་། །རྒྱལ་ས་སྒོན་  
 གྱིས་བཟུང་བཡིན། །མི་ཆེན་རྒྱལ་ས་ལོན་དོགས་ཡོད། །གཞན་མ་ཀུན་ལ་  
 དེ་ཆུགས་མིན། །དག་ཕྱ་འདེབ་བའི་ཉིན་པར་བཟང་། །ཡང་བྱིས་ར་འདྲ་བཞི་  
 མུང་བཤེ། །ཐུབ་པར་དཀའ་བའི་དག་ཡིན་གྱུང་། །དེ་ཡི་ཐུབ་ཐང་ལག་འཁྱིལ་  
 བཤད། །བྱི་བཞིར་འབྲེལ་ཁམས་བཟང་སྡེ་བཞི། །དེ་ལན་སྒྲུམ་བྲག་བྱ་རལ་  
 བ། །དག་ཐང་ཆེན་བརྒྱལ་བར་ཟུན་གྱི་སར་བབས། །དེ་བཞིན་བརྩ་གསུམ་  
 བྱ་རལ་ལ། །བྱིས་བཞི་ལ་ཡུ་ཁད་བཞི། །དག་སྒྲུམ་ཁས་བརྒྱུ་ཡི་ཕྱེ་དེ་ཆད། །

ཆོལ་ཆེ་བཞི་དག་ཡི་བྱེ་མར་དེ། ཟུན་གྱི་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བ་ཡིན། གླུ་མ་རྒྱུད་  
 ལུས་པ་བཞི་ལ་ནི། དག་རྒྱུ་ཆེན་གཟིང་གིས་བརྒྱལ་བ་ཡིན། བྱ་ལུང་གསེར་  
 ཐིག་བཞི་ལ་ནི། དག་ཉ་ཆེན་རྒྱས་པ་སྤྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་པས། རང་སྟོན་བཞི་  
 གསེར་ཉི་ཆར་བས་གཡོགས། འདི་རྣམས་ཅི་བདེ་བ་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་། མི་  
 ཆེན་གོང་ལ་འགོ་ན་བཟང་། མདོ་དབུས་འགོད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། རྒྱ་བོད་  
 ཞལ་ལྷེ་གཅོད་ན་བཟང་། ཁྱོས་པོས་མནའ་མ་འཛོག་ཉིན་བཟང་། ཉན་པ་  
 ཡིན་ན་གཡོན་ལན་ཡིན། ཡ་མ་ཡིན་ན་གྱོད་ཐར་ཡིན། རྒྱ་པ་ཡིན་ན་ཆར་  
 ལུད་ཡིན། ཡལ་ས་རྩོ་འཛོམ་མོ་ལ་ངན། དགུང་སྟོན་ཁོལ་དུ་ལུད་པ་ཡིན། །  
 བྱིས་བཞི་ལ་དིང་དིང་བཞི། དེ་ཡི་བཅུ་གསུམ་ལུང་ཁད་ན། དག་ཅི་ཐོག་རྒྱས་  
 པ་ཟེར་བས་བརྒྱས། བཅུ་གསུམ་ལུང་ཁད་གཞིར་བཞག་ནས། བྱིས་བཞི་  
 ཡི་འདྲ་བའས་ལ། དུས་དག་བཞི་དག་ཡི་གིང་ཆེན་ལ། ཟུན་རྒྱན་མོ་སྤར་  
 བཟུང་ཐོག་བཤལ་བྱས། གླུ་མ་བཞི་དག་ཡི་སྤྱིན་ནག་ལ། ཟུན་ཐིག་དུགས་  
 ཉི་མས་ཐོག་བཤལ་བྱས། ཟུས་བཞི་དག་ཡི་ག་བའི་བྱ། ཟུན་འཇང་ཁྱིན་ག་  
 པོས་ཐོག་བཤལ་བྱས། བྱ་ལུན་བཞི་ལན་ལུང་ཁད་ན། ས་པོན་རིའམ་བྲག་  
 རི་ཟེར་བ་ན། མི་པོན་རྒྱལ་ཟེར་བའི་ལྷ་རྟེན་གཏོར། ཁྱི་ལུང་བཞི་ཡི་ལན་  
 དུན། ས་ལུང་ར་ཟེར་རམ་ལུང་རྫོང་ཟེར། མི་ལུང་རྒྱན་གི་ནས་ལུང་ལུག་  
 འཐོར། སྤྱིར་རིགས་བཞི་ལན་དེ་བའས་ན། ས་ནག་སོགས་རྒྱ་རྒྱུད་དག་  
 བཤེས་དེ། མི་ནག་སང་ཟེར་རམ་ནག་འབུམས་ཟེར། སྤྱིད་ཉི་མ་འཁོར་འདེ་

བྱེད་པ་ལ། བྱོད་པ་མོས་ཐོག་བརྩིས་བྱེད་པ་ཡིན། །དཀར་ཐོག་གཡུང་རྒྱུང་  
བཞི་ལ་ནི། ས་དཀར་ཤོད་ཟེར་རམ་དཀར་ཐང་ཟེར། མི་དཀར་ཡག་ཟེར་  
རམ་དཀར་རྒྱལ་ཟེར། སྒྲིད་ཉི་མ་ལའོར་འདེས་བྱེད་པ་ལ། བྱོད་པ་མོས་  
ཐོག་བརྩིས་བྱས་པ་ཡིན། །ལར་འདི་དག་ཅི་བཏབ་ངན་ན་ཡང་། ཏུན་ཏུན་  
ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། བད་པ་ཁ་ཆེས་བཞག་ནས་སོས། །ཡ་མ་ཐར་སྟོན་  
བྱས་ནས་ཤི །ཡུལ་ས་རྩོལ་མོ་ལ་ངན། །ཡང་བྱིས་བཞི་ལ་དིང་དིང་བཞི། །  
དེ་ཡི་བཅུ་གསུམ་སྒྲུབ་གསུམ་ན། །དག་དགུང་སྟོན་མཁར་ཆེན་ཕུབ་འདྲ་ལ། །  
ཟུན་ཆར་ཆེན་ཞོད་ཀྱིས་ཐོག་བཤལ་བྱས། །གནང་ལ་སྟོང་བྱེད་ལྔ་བརྒྱ་ཐོབ། །  
དུ་དག་བཞི་ལན་སྒྲུབ་གསུམ་ན། །དག་མདུང་བཟུང་གལ་དུ་ལྷག་པ་ལ། །  
ཟུན་འཕང་བཟུར་བུ་མོས་ཐོག་བཤལ་བྱས། །བྱོད་ཕུར་བཞི་ལན་སྒྲུབ་གསུམ་  
དེ། །དག་ཡི་རྩ་ལམ་ཟུན་གྱིས་པོང་བས་བཀག། ཅང་ཤེས་རྩ་ལ་ཁུ་དེད་བྱེད། །  
ཕྱི་ཕུར་བཞི་ལན་སྒྲུབ་གསུམ་དེ། །དག་ཡི་རྩོལ་མོའི་ཟུན་གྱི་དོ་བས་བཅག། །  
འདི་རྣམས་ཡུལ་ས་རྩོལ་མོ་ལ་ངན། །ཁྱི་ཡག་པ་གཉིས་ཀྱི་གནམ་ས་དེ་བ། །  
ཏུན་ཏུན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྒྲ་རག་བཅིང་ལ་ལྷམ་སྒྲོག་སྒྲོག་ས། །མདོ་  
དབུས་བཤོད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །སྟོན་པ་རྩ་དེད་བྱ་བ་དེས། །འཇ་གྱི་ཡུལ་དུ་  
ལའོར་ལའོར་ནས། །སྟོན་པའི་ཡུལ་དུ་དལ་གྱིས་སྒྲེབ། །ཡང་བྱིས་བཞི་ལ་  
འབེལ་ཁམས་བཟང་སྟེ་བཞི། །དེ་ཡི་བཅུ་གསུམ་སྒྲུམ་ཆད་ན། །དག་དར་ཡོལ་  
ལ་ཟུན་གྱི་སོལ་རིས་འཐེན། །ཆོལ་ཆོལ་བཞི་ལན་དེ་བབས་ན། །དག་ཁབ་ཅན་

ཟུན་གྱིས་བཟུང་བ་ཡིན། །ཨ་ཁད་བཞི་ལན་དེ་བབས་ན། །དག་སྒྲུ་མཁས་ལྟེ་  
 ལ་བཅོན་དུག་ཐེབ། །བག་ཆོ་བཞི་ལན་དེ་བབས་ན། །དག་རྒྱུ་མཁས་ལྟེ་  
 ཞ་བོས་བཅོམ། །སེ་སྟོང་བཞི་ལན་དེ་བབས་ན། །དག་དོམ་ནག་བསྒྲིབ་པ་  
 ཟུན་གྱིས་ཐུབ། །ཟུལ་དཀར་འབྲི་ལ་ཁྱུ་ཕྱག་ཕྱས། །རྒྱལ་སྟོན་གཉིས་གྱི་མོ་  
 ལ་ངན། །གསས་མཁར་ནང་ནས་མཆོད་རྟེན་ཉི་ལ། །ཡུལ་སྤོ་འཛམ་མོ་ལ་  
 ངན། །སྒྲན་བརྒྱུད་མཆི་མ་བང་བར་འབྱེལ། །འདི་ཅི་བད་ཅི་ལ་ངན་ན་ཡང་།  
 དུན་དུན་ནད་པ་སོགས་ལ་བཟང་། །སྒྲན་མཆི་མ་ལྟུང་དང་ཡུག་ས་འཛིག་།  
 དེ་ལ་བཟང་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད། །ཁྱི་ས་བཞི་ལ་མ་ཟེ་བཞི། །བཅུ་གསུམ་གསེར་  
 ཕྱ་རྟེན་ཆད་ན། །དག་ལམ་ཁད་འབྲུ་རྩ་ཟུན་གྱིས་འབུམ། །རུ་སྟོང་བཞི་ལན་  
 དེ་བབས་ན། །དག་བརྒྱུད་གཡག་ཟུན་གྱི་མད་འཡིས་བསད། །ན་འབན་བཞི་  
 ལན་དེ་བབས་ན། །དག་སེར་ཆེན་ཟུན་རྒྱུ་མོས་གཏོར། །ཅི་ར་བཞི་ལན་  
 དེ་བབས་ན། །དག་མདུང་མོ་ཟུན་གྱི་རལ་གྱིས་བཅད། །སྒྲིན་དིང་བཞི་ལན་  
 དེ་བབས་ན། །དག་རྒྱུ་རྟག་གཡ་བསྒྲིགས་ཟུན་གྱི་བསད། །ལར་ཡུལ་དྲོ་ས་  
 འཛམ་མོ་ལ་ངན། །དུན་དུན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །ཞལ་ལྟེ་གཏུག་གེར་  
 སོགས་ལ་བཟང་། །ཡང་ཁྱི་ས་བཞི་ལ་དིང་དིང་བཞི། །བཅུ་གསུམ་སྒྲུམ་གྱི་  
 མ་ཟེ་ན། །དག་རྒྱལ་བུན་གཡ་བསྒྲིགས་ཡུགས་མ་བུས་ཐུབ། །ཡི་ཡན་བཞི་  
 ལན་དེ་བབས་ན། །དག་ལོར་མང་ཟུན་གྱི་སྒྲུང་བོས་བསད། །དམུ་དག་བཞི་  
 ལན་དེ་བབས་ན། །དག་གིང་ཆེན་ཟུན་གྱི་སྒྲུ་རེས་བཅད། །ཡང་མྱང་བོད་འབྲུ་










སྟོན་བྱེད་ན་བཟང་། །སྒྱ་གཞི་ས་སྟོ་འཇུག་བྱེད་ན་བཟང་། །ཡུལ་ས་དྲོ་འཇམ་  
 མོ་ལ་ངན། །ཡང་ཕྱི་ས་བཞི་ལ་དིང་དིང་བཞི། །དག་རྒྱ་མཚོར་ཐུན་གྱི་ཁྲག་  
 སེར་ཐེབ། །དམུད་ག་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་རྩོ་མཚོན་ཐུན་གྱིས་བཅག་  
 པ་ཡིན། །ཐང་ལེ་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་དོག་མོའི་རྩི་ཐོག་ཐུན་གྱིས་  
 བརྒྱས། །དཀར་ཐོག་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །ས་དམར་ཟེར་རམ་བྲག་དམར་  
 ཟེར། །མི་ཡུལ་སྒྲོང་ཟེར་རམ་ཡུལ་སྒྲུབས་ཟེར། །མདོ་བརྟ་ལ་ཁུ་བྲག་བྱས། །  
 ཕྱི་ས་བཞི་ལ་དུལ་དཀར་བཞི། །དེ་ཡི་ལན་དུ་འདི་བབས་ན། །ས་ཡག་ཁུར་  
 ཟེར་རམ་ཡར་ལུང་ཟེར། །ཟུལ་དཀར་འབྲི་ལ་ཐོག་བཤལ་བྱས། །མི་ཨ་ནག་  
 འོག་ནས་རྟ་ནག་ཐོབ། །ཁྱེ་བ་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །ས་འབྲི་ཐང་ཟེར་  
 རམ་འབྲི་ཆུ་སེར། །མི་ཨ་གྲོ་ཟེར་རམ་ཨ་དཔལ་གྱིས། །མཁར་མྱང་གཞི་ཅན་  
 ལ་བསྐྱས་གྱིས་ཐེབ། །ཁྲབ་རྟག་ཞོལ་ཅན་ལ་ལྷ་གསུམ་ཐོབ། །ད་རོག་བཞི་  
 ལན་འདི་བབས་ན། །ས་གཡག་ལ་ཟེར་རམ་གཡག་རུ་ཟེར། །མི་ཉེ་ཉོ་ཟེར་  
 རམ་ཉེ་རུ་ཟེར། །མདོ་ཁུང་དཀར་རྒྱུད་སྣང་གཙོག་པ་ཡིན། །གནང་ལ་མདོ་  
 མོ་བརྒྱ་བྱེད་ཐོབ། །འདི་རྣམས་མི་ཤ་ངམ་ལ་ལེན་ཉིན་བཟང་། །དེལ་ཁ་ཐོབ་  
 ཐོལ་བྱེད་ཉིན་བཟང་། །སྒྲས་པ་ཁྲག་ཅན་མོ་ལ་བཟང་། །མདོ་དབུས་བགོད་  
 པའི་མོ་ལ་བཟང་། །དུལ་ཡུག་སྒྲུད་མོ་ལ་བཟང་། །ཡང་ཕྱི་ས་བཞི་ལ་དིང་དིང་  
 བཞི། །བཅུ་གསུམ་ན་འབན་བབས་པ་ན། །དག་དགུང་སྟོན་ཐུན་གྱི་སེར་བས་  
 བཀའ་། །ས་འགྲང་ལུང་འགྲང་ཐང་ཟེར་བ་སྟེ། །མིང་ཨ་ཉན་ཨ་ཉིང་ཟེར་བ་

ཡི། །བྱ་སྒྲག་རས་ཅན་ལ་ལྔ་ཙམ་ཟེན། །ཤོས་སྒྲག་ཤམ་ཅན་ལ་དྲུག་ཙམ་  
 ཐོབ། །རང་སྒྲན་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །ས་མཁར་ཐབས་བྲག་ལུང་ཟེར་  
 བ་ནས། །མིང་ལུང་ལས་དྲས་བ་ཟེན་ནས་སྟ། །གཡང་དཀར་ལུག་ལྷ་ཐོབ་དོ་  
 ཡིན། །ལུང་ཁད་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །ས་ལུང་ལུང་ལུང་ཆོང་ཟེར་བ་ནས།  
 །མིང་ལུང་པོ་ལུང་འཕན་ཟེར་བ་ཡི། །མདོ་བ་རྟ་ལ་ལྷ་བྲག་བྱེད། །ཤོར་ལུང་  
 བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་གཟེང་བདུད་ཟུན་གྱི་དོ་རྩིས་བཅོམ། །ས་དཀར་  
 ཤོད་ཟེར་རམ་ནག་ཤོད་ཀྱི། །མིང་ཨ་གཤམ་ཟེར་རམ་ཨ་བདུད་ཀྱི། །སྒྲ་རེ་  
 བོ་སྒྲོང་ཤོད་གནད་དུ་ཐོབ། །བྱ་བུར་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་ཉ་ཆེན་  
 རྒྱས་བསྐྱེན་གྱིས་བསྐྱེད་ས། །སའོ་བུབ་ཤོ་ཆེན་ཟེར་བ་ལྟ། །མི་རྒྱ་རབ་རྒྱ་འཕེན་  
 ཟེར་བ་ཡི། །རྟ་གཞུ་མོ་གཟེབ་དང་བཅས་བ་ཐོབ། །མི་སྒྲུན་གསུམ་ཡོད་བའི་  
 འབྲིང་པོ་སོད། །སོ་ཡོན་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་ལྷག་སའི་གཡ་དེ་  
 རང་མིས་བཤེགས། །ས་དུད་དུ་ཟེར་བ་ལྟ། །མི་དུ་ཟེར་རམ་ཡོན་ཏན་ཟེར།  
 །སོ་རང་གི་བའི་མོ་ལྷག་ལྷས། །ལར་དམག་ཆེན་ཆ་དང་ཟོར་ཆེན་འཕེན། །བག་  
 མ་ལེན་དང་ལྷག་མོ་དང་། །ལ་གི་ད་རྟ་རྒྱག་བྱེད་ན་འདི་རྣམས་བཟང་། །ཡང་  
 བྱིས་བཞི་ལ་རང་ཉི་འོད། །བཅུ་གསུམ་སྟ་ས་ཤོར་ལུང་ན། །དག་ཉ་ཆེན་རྒྱས་  
 བ་གཟེང་ཡིས་བསྐྱེད་ས། །དལ་དཀར་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་གསེར་  
 འོད་རྒྱས་འདྲ་ལུན་བས་བསྐྱེད་ས། །གཉན་ལྷལ་འཕན་བའི་རྟ་ལྷ་ཐོབ། །ཁ་  
 ལང་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་གཡུ་འབྲུག་ཟུན་གྱི་ལབ་ཙམ་བཅོམ། །

དཀར་ཐོག་གཡུང་རྒྱུད་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་སྒོང་ཐུང་ཐུན་གྱི་བོང་  
 ཐུས་ཐུབ། །ས་གུང་རལ་ཟེར་རམ་གུང་ཐུང་ཟེར། །མི་བྱ་ཏི་ཟེར་རམ་བྱ་ཐུང་  
 ཟེར། །དབའ་བོ་སོད་ནས་ཚྱོ་མཚོན་ཐོབ། །ཅེ་ར་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །  
 དག་རྒྱ་སྟག་ཐུན་གྱི་ས་མདས་ཕོག་ །ས་ན་བཀྲ་ཟེར་རམ་སྦང་བཀྲ་ཟེར། །མི་  
 རིང་བོ་ཟེར་རམ་རག་གི་ཟེར། །རག་ནེ་ཁོང་ནས་བརྒྱལ་བ་ཡིན། །བྱ་རལ་  
 རིན་ཆེན་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །དག་འབྲོང་གཡག་ཐུན་གྱི་མདའ་མོས་  
 བསང། །ས་སོག་ལམ་ཟེར་རམ་སོག་ལ་ཟེར། །མི་གྲགས་པ་ཟེར་རམ་སྟོ་གྲོས་  
 ཟེར། །གནང་ལ་དྲིལ་མོ་ཁྱུ་དེད་བྱེད། །རེ་སེ་གྲུ་ནེ་བཞི་ལན་འདི་བབས་ན། །  
 དག་སྦྱུལ་དཀར་ཐུན་གྱི་སྒྲ་བས་བསང། །ས་པ་གི་རྟ་གི་འཛིགས་པ་དེར། །  
 མི་བརྒྱ་དཔོན་སྟོད་དཔོན་སོད་པ་ཡིན། །ལར་འདི་ཡིས་མི་ཐུབ་མ་མཆིས་  
 གྲང། །ཁ་ནས་ཆོག་ཤོར་ལག་ནས་རྩོམ་ཤོར་དང། །རྒྱུང་བོང་བ་ག་ཤུག་སུམ་  
 མི་ཐུབ། །འདི་མི་ཆེན་གོང་ལ་འགོ་བ་དང། །དམག་ཆེན་གཡོ་དང་ཐག་རིང་  
 མགོན། །ཡ་མ་ནག་པོ་འཛོམ་དང་ནི། །དུན་དུན་ནད་པའི་མོ་ལ་བཟང། །དེ་  
 མིན་གཞན་མ་ཀྱན་ལ་ངན། །ཡུལ་ས་རྩོམ་འཇམ་མོ་ལ་ངན། །ཡང་ཕྱི་ས་བཞི་  
 ལ་དེང་དེང་བཞི། །ལན་གྱིས་མི་ཐུབ་དག་འོ་ཡིན། །ཡུལ་གྱིས་མི་ཐུབ་བག་གས་  
 འོ་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་སྒྱིན་དེང་གཡུ་ཐོག་ན། །མཚོན་རྩོན་པོ་འཛོམ་བྲག་ལ་  
 ཐུག། །དེ་ནི་ཕྱི་ས་བཞི་དང་ནི། །བརྩ་གསུམ་སྒྲིང་གི་བབས་དབྱུང་ལ། །གལ་  
 བར་བཞི་ལན་དམ་དག་ན། །དག་མགྲོགས་པའི་ཆ་སྣ་རྩོམ་ཐུག། །བྱོད་ཐུར་

བཞི་ལན་གལ་བར་ན། །བྱི་རྩུང་འཛོལ་གྱིས་ནོན་པ་ཡིན། །སྒྲིན་དྲིང་བཞི་ལན་  
 དམུ་དག་ན། །དག་ཉ་མོ་ལྷགས་རྒྱས་ཟེན་པ་ཡིན། །སྒྲུམ་མཉམ་བཞི་ལན་  
 སྒྲིན་དྲིང་རོག་ཡུན། །འཕར་བ་མཚོ་ལ་ཟེན་པ་ཡིན། །བྱ་ཡུན་བཞི་ལན་དམུ་  
 དག་ན། །ཐང་དཀར་རྒྱུ་པོ་སྒྲི་ལ་འདུས། །དམུ་དག་བཞི་ལན་ལྷི་བྱར་ན། །  
 དག་ཤིང་ཆེན་ཟུན་གྱི་རལ་གྱིས་བྲེག། །ཡི་ཡན་བཞི་ལན་རྩུང་བྲིག་ཤོག་ནག་  
 བ། །དག་རྩུང་དག་སྒྲུའི་མཁར་དུ་སོང་། །ཡང་དྲིང་དྲིང་བཞི་ལན་ནག་རྩུང་  
 ཟལ་ཟལ་ན། །ནམ་མཁའི་ཁ་འོད་རྒྱད་པ་ཡིན། །སྒྲིན་དྲིང་བཞི་ལན་བྱ་བྱར་  
 གསེར་ཐིག་ན། །ས་སྒྲིང་གསེར་དུ་སོང་བ་ཡིན། །དེ་སོགས་སྒྲིས་ཏེ་ཤེས་པར་  
 བྱ། །ལར་ཁྱི་ས་བཞི་པོ་དར་བའོ། །འདྲ་བ་བཞི་འགྲིག་བྱར་བ་ན། །བཅུ་  
 གསུམ་སྒྲིང་དུ་རབ་པ་དགོས། །ཡང་གཅིག་མགོན་སྒོ་དབྱེད་པ་ལ། །བྲེས་བྱབ་  
 དཔའ་པོ་སྒྲུན་དུག་བཤད། །གཅིག་གི་མ་རྒྱུད་བྱོད་བྱར་ན། །སེང་གོ་དཀར་  
 མོ་སོ་བ་བྱེད། །མགོན་རེས་གཅིག་ལ་དག་མེད་ཡིན། །ཉི་མ་ཤར་ནས་དག་  
 མེད་ཡིན། །གཅིག་ལ་ཐོ་ཕྱ་ཡུན་ན། །རེ་འབྲམ་སྒྲུལ་གྱི་སོ་བ་བྱེད། །མགོན་  
 རེས་གཅིག་ལ་སྒོ་དག་མེད། །གཅིག་གི་སྒྲིང་དུ་སྒྲུམ་བབ་ན། །སྒྲིན་བྱར་སྒྲག་  
 ཅན་གྱི་སོ་བ་བྱེད། །མགོན་རེས་གཅིག་ལ་བྱར་དག་མེད། །གཅིག་གི་གལ་  
 བར་ཐོད་དཀར་ན། །སྒྲུང་ཆེན་ས་ལ་རབ་བརྟན་གྱིས། །རུབ་བྱོགས་མོན་ཡུལ་  
 སོ་བ་བྱེད། །མགོན་རེས་གཅིག་ལ་རུབ་དག་མེད། །གཅིག་ལ་བྱུང་བརྒྱུད་ཀོ་  
 རུན། །བྱ་བྱུང་ཀོ་རུས་སོ་བ་བྱེད། །གཅིག་ལ་སོ་ཡོན་ཡིང་ཀུན་ན། །རྒྱ་སྒྲིན་

མ་དྲ་ཀ་ར་ཡིས། །སྤྱན་གྱིས་ཕྱོགས་ཀུན་སོ་བ་བྱེད། །ཉི་མ་ཕྱོགས་བཞི་གར་  
 འགོ་ཡང་། །དག་མེད་གཡོན་པས་ཆོག་པ་ཡིན། །དེ་ནི་བྱེས་ཐུབ་དཔའ་དྲུག་  
 ཡིན། །ཡང་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་གསེར་བྱ་ན། །ལར་ལ་གསེར་བྱ་ངང་བ་འགོ་ས། །  
 རྩུར་ལ་རྩུང་པར་འོང་བ་ཡིན། །དག་མེད་དོན་མེད་མོ་མདུད་དེ། །བྱིས་ཅི་ལྟར་  
 འགོ་གསལ་ཀྱང་གཡོན་ཆོག་ཡིན། །དེ་ལྟར་སྤྱི་རུ་ཤེས་བྱས་ནས། །དེ་ནི་དམག་  
 གི་ཆ་ལུགས་ལ། །དང་པོ་དམག་མི་རྩི་བཤད། །སྤྱིར་བཏང་བཅུ་གཅིག་བཅུ་  
 གསུམ་དབྱེད། །བཅུ་གཅིག་དག་སྤྱི་བང་མཛོད་ཡིན། །དག་ལྟ་གོང་སྒྲོན་  
 གཤོག་རིང་གིས། །གཤོག་པ་བརྒྱངས་ས་ཡིན་པས་ན། །དེར་ཁ་དྲག་གཉེན་  
 གྱི་རྩི་བཤད་གོས། །དེ་ནི་ཡར་དོང་སྤྱིར་བརྒྱག་ཡིན། །དག་སྤྱི་ཟེའོག་གོས་གྱོན་  
 ལ། །དར་གྱི་འབྲུ་རྩུང་བཅུ་གསུམ་ན་བཟང་། །དེ་ལུ་ཅི་ལི་ཤག་དམར་མོ་ཡིན། །  
 དྲང་ཤིང་སྤྱི་སྤྱི་དཀར་པོ་ལ། །དར་དཀར་པོའི་བ་དན་བཏགས་ན་བཟང་། །  
 དེ་ནི་མུ་ས་ཅོད་པན་བབ་ན་ཡིན། །ཡང་ན་སྤྱི་བབ་ཀྱང་ཡིན། །འདི་གསུམ་  
 གང་བབ་ཇག་རེས་གཅིག་ལ་ཡག། ། འདི་དག་སྤྱི་རྒྱ་ཅོད་གཉིང་  
 འབྱེན་ཡིན། ། འདི་དར་མཁྱོགས་སྤྱི་མི་འཆད་རྩི་ཡིན། །ཇག་  
 རེས་གཅིག་ལ་བཟང་བ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་འདི་ལ་དག་སྤྱི་ཁས་དྲག་རིགས། །  
 གང་བབ་དམག་གི་རྩི་ཡིན། །རྩི་བཟང་ན་གཞན་མ་དང་ཀྱང་རུང་། །བཅུ་  
 གཅིག་དན་ན་གཞན་བཟང་པན་པ་མེད། །གཡུལ་མཁུག་ལེགས་ཉེས་བཅུ་  
 གསུམ་དབྱེད། །དེར་ཡང་ཁས་དྲག་རྩི་བཤད་རིགས། །བབ་ན་བཟང་བ་གོང་

ལྟར་ཡིན། །ཡང་གཅིག་གི་སྐུ་སང་ཡོདོད་འདི། །གཞི་འཛིན་ཆང་བའི་རྩེ་ལུ་  
ཡིན། །གསུམ་གྱི་མ་ཟེ་རྒྱལ་མིག་འདི། །ཐབ་ཆ་ཆང་བའི་རྩེ་ལུ་ཡིན། །བཞི་  
ཡི་སྐྱེར་ལུན་ར་བརྒྱལ་དེ། །སྐུ་དང་གར་དམག་ཆོང་བའི་རྩེ་ལུ་ཡིན། །བདུན་  
སྐྱོ་ཆོ་མདོང་བུ་འོག་ཏུ་འི་རྩེ། །བརྒྱད་སྐོག་དམར་སྐུ་རུ་བ་ཡི་རྩེ། །བརྒྱའི་ཁ་  
ལང་ཆེན་མོ་དར་འཛིན་རྩེ། །བརྒྱུ་གསུམ་མཆོ་གཡས་བརྒྱལ་དར་མདུང་རྩེ། །  
གསུམ་གྱི་ནག་རྒྱུད་ཟལ་ཟལ་གྱོ་ཕྱེའི་རྩེ། །བདུན་མུ་ཅ་ལི་ཤག་འཛུང་མའི་  
རྩེ། །བདུན་ཅེ་ར་བང་ཐོག་ནོ་མཆོན་རྩེ། །བརྒྱད་དམུ་དག་དྲང་ཤིང་སྐབ་  
མདའི་རྩེ། །བརྒྱའི་གལ་བར་ཐོད་དཀར་གོ་བྱལ་རྩེ། །བརྒྱ་གཅིག་རྩ་མར་རྩ་  
མར་དག་བྱའི་རྩེ། །བརྒྱ་གསུམ་ཡར་ལྷང་སྐྱེར་བརྒྱལ་དེ། །སྐུ་འཕྱུ་ཆང་བའི་  
རྩེ་ལུ་ཡིན། །བརྒྱ་གསུམ་བྱ་ཡུན་གཡས་བརྒྱལ་དེ། །དར་འཕྱུ་ཆང་བའི་རྩེ་ལུ་  
ཡིན། །བརྒྱ་གསུམ་མཆོ་ལྷ་ཡུན་དེ། །ཁོད་འཕྱུ་ཆང་བའི་རྩེ་ལུ་ཡིན། །ཡང་དག་  
ཆང་བའི་རྩེ་ལུ་སྐྱེན་གསུམ་བཤད། ། བརྒྱ་གསུམ་གཡུང་དྲུང་ལུ་གུ་  
རྒྱུད། །དཔའ་བརྟན་ལོག་མེད་བྱ་བུར་དེ། །ཡང་དག་དྲ་མ་ཆང་བ་ཡིན། །  
 གཡུང་དྲུང་དཔལ་གྱི་པ་མང་ཡིན། །མཆོལ་མིག་གཡུས་སྐྱས་སྐྱོ་ཆོ་  
བྱ། །ཡང་དག་རྟ་སྐྱོགས་ཆང་བ་ཡིན། ། གཡུང་དྲུང་ལུ་ཞག་འཕྱུ་  
བན། །གསེར་རྟ་སེར་བོའི་བྱ་ཡུན་ཡིན། །ཡང་དག་ཆས་མ་ཆང་བ་ཡིན། །  
དེ་གསུམ་རྩེ་ལུ་སྐྱེན་གསུམ་ཡིན། །ཡང་གཅིག་དམག་གི་རྩེ་ལུ་ལ།   
ལྷུང་བརྒྱད་དཔལ་མདངས་བྱ་བ་འདི། །བརྒྱ་ཆོད་མག་གི་རྩེ་ལུ་ཡིན། 

ཡར་དིང་ཟེ་བ་རྒྱུད་ཐོག་ན། །བརྒྱའོ་དམག་ལ་འབྲུ་བཅུགས་ཡིན། །འདི་  
 གཉིས་ལ་མདུད་པ་འདི་དག་འཛིགས། །~~ཆུང་ཆུང་~~ ཡང་རྒྱུད་ཟེ་ཁ་ལང་  
 གཡུ་གཤོག་འདི། །~~ཆུང་~~ སྟོང་རྩེ་གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོ་ཡིན། །སྟོང་ཆོ་ཆང་  
 བའི་རྩེ་ཡིན། །~~ཆུང་~~ སྟོང་གེ་ཟེ་ལན་མེད་གཡུང་རྒྱུད་འདི། །སྟོང་ཆོ་མདུད་  
 ལ་དར་བཏགས་ཡིན། །འདི་ལ་མདུད་པ་འདི་ཡིས་འཛིགས། །~~ཆུང་~~ ཆང་སྒྲར་  
 ལྷ་ལུང་ར་གཉིས་བརྒྱུ། །~~ཆུང་~~ བྱི་རྩེ་གསེར་གྱི་སེང་གེ་ཡིན། །བྱི་ཆོ་ཆང་  
 བའི་རྩེ་ཡིན། །~~ཆུང་~~ ལ་ཆོ་གནམ་གྱི་དྲུང་ཤིང་འདི། །བྱི་ཆོ་བྱིས་གྱི་དར་  
 མདུད་ཡིན། །འདི་གཉིས་མདུད་པ་འདི་ཡིས་འཛིགས། །~~ཆུང་~~ དིང་དིང་ཁ་ལེ་  
 དཀར་པོ་ལམ། །ཡང་ན་ཤག་བཀྲ་གུར་ཆེན་དེ། །འབུམ་རྩེ་ཀུན་ཐུབ་འཛིགས་  
 མེད་ཡིན། །~~ཆུང་~~ ཀོང་ཆོ་དུན་དུན་ར་བཞི་བརྒྱུ། །~~ཆུང་~~ ཡང་ན་ད་ལོག་  
 བྲག་འདི་ག། །འབུམ་ཆོ་བྱིས་ས་གྱི་རྩ་བརྒྱུད་ཡིན། །~~ཆུང་~~ དེ་ལ་དམ་ཆུ་བྱེད་  
 བྱེད་འཛིགས། །ཡང་ཕུ་མི་མགོན་དཀར་པོའི་དབུ་ལྷུང་། །~~ཆུང་~~ དམ་རྩེ་  
 བཅན་པོའི་ལ་ཐོད་དང་། །~~ཆུང་~~ ཆོས་རྩེ་དྲུང་དཀར་ཐུག་ཆ་གསུམ། །  
~~ཆུང་~~ དམག་དང་ཐག་པའི་རྩེ་ཡིན། །བརྒྱའོ་འབུམ་ཆོ་གར་འགོ་ཡང་། །  
 ཐག་པ་མི་ཉེས་གཡོན་ཆོག་ཡིན། །~~ཆུང་~~ འདི་དགུང་སྒྲོན་གནམ་གྱི་དབུ་ལྷུ་  
 ཡིན། །~~ཆུང་~~ འདི་གཉིས་དོག་མོ་ས་ཡི་ལྷུགས་ལྷུ་མ་ཡིན། །~~ཆུང་~~ འདི་བར་སྣང་ཁམས་གྱི་ཡོལ་བ་ཡིན། །འདི་གསུམ་ཐག་པའི་རྩེ་ཡིན། །  
 གཞན་ཡང་ཐག་པའི་རྩེ་ཡིན། །སྟོང་ཆོ་དཀར་པོ་ལྷུག་གུ་སྟིང་། །བྲག་ཆེན་

ནམས་ཀྱི་པ་རྒྱན་ཡིན། ། མེ་ལོན་ནག་མོ་རེའུ་རྒྱུད་སྟེང་། ། བྲག་རྒྱུད་  
ནམས་ཀྱི་པ་རྒྱན་ཡིན། ། དམ་ཙུང་ལི་ཤོ་དམར་མོ་དེ། ། དེ་ནམས་  
ཀུན་གྱི་ཕྱུ་མོ་ཡིན། ། ཡར་ལྗང་ཟེ་བ་རྒྱུད་ཐོག་རྒྱུ་། ། མེད་གོ་ནམས་  
ཀྱི་གཡུ་རལ་ཡིན། ། འདི་དབང་ལྟ་སྟོན་འབྲུག་མགོ་རལ་བ་ཅན། །  
འདི་ཆོས་ཆེ་མོན་བ་གི་བཟུང་ཡིན། ། འདི་ལི་ཡན་འཕྱོ་བ་  
རྒྱུད་གཙོན་ཡིན། ། འདི་ཤར་གྱི་དཀར་མོ་དུན་དུན་ཡིན། །  
འདི་ལྷོ་ཡི་སྟོན་མོ་ཉར་ཉར་ཡིན། ། འདི་གཉིས་ལྷུ་བ་གྱི་དམར་མོ་  
མེར་མེར་ཡིན། ། འདི་བྱང་གི་སྒྲིག་པོ་རྩ་བ་རྩེ་བ་ཡིན། ། འདི་  
མིང་པོ་མེ་ཡི་མེད་གོ་ཡིན། ། འདི་སྤང་མོ་ཆུ་ཡི་བྱ་བྱུང་ཡིན། །  
འདི་ཆང་རྒྱ་ཁྲི་ཆུ་འོ་པོ་རོག་ཡིན། ། འདི་ཡ་མཚན་ལྷུགས་ཀྱི་བྱ་བྲ་  
ཡིན། ། འདི་བཞི་སྟོན་བཞི་ཉེན་ནང་ནས་དོལ་བ་ཡིན། ། རྩི་བཙུན་སྟེ་འདི་ནམས་  
ནི། ། བརྒྱད་སྟོན་ལུ་ཐང་བཀྲར་བབ་ནས་སྟ། ། དགུ་འད་དུང་སེ་སྟོན་སྟོན་གས་  
བབས་ན། ། མི་སོད་ནོར་ཐོབ་སྟེར་མ་ཡིན། ། བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་བབས་  
བ་ན། ། གཟུགས་པའི་དགྲ་པོ་སོད་པ་དང་། ། འདོད་པའི་གནད་ནོར་ཐོབ་པ་ཡིན། །  
ཡང་དེད་དེད་ཤག་གྲུ་གྲུར་བཀྲ་དང་། ། སྟོན་དེད་འབྲི་  
མིག་འཕྲིལ་བ་གཉིས། ། ཆོས་ཀྱི་མིང་ཅན་འབུམ་སྟེ་བརྒྱུག་ ། གཡུ་ཉེ་བབ་ན་  
ལན་མི་དགོས། ། ལན་ལ་བབ་ན་གཏོས་མི་འགྱུར། ། འདི་ཡར་མི་  
གནམ་གྱི་ཡང་ཐོག་ན། ། དགུང་མཐོང་སེད་གོ་དཀར་མོ་བརྒྱུག་ ། རང་སར་བབ་



ན་ལན་མི་དགོས། །དག་སར་བབ་ན་གཏོས་མི་འགྱུར། །འདི་མར་  
 མི་ས་ཡི་མར་ཞབས་ན། །དོམ་ནག་ཁལ་ཁུར་ངན་མོ་བརྒྱག། །འདི་  
 སྒྱུར་གྱི་གྱི་ལིང་འཕར་མ་ན། །ཞེ་སྤངས་སྒྲུལ་ཆེན་སུན་མ་བརྒྱག། །  
 འདི་སྒྱུམ་ཆད་གནམ་རིང་ཞལ་སང་ན། །ལྷགས་ཁང་ཁ་མེད་བྱུང་མགོ་བརྒྱག།  
 །འདི་རྩྱུང་དམར་སྟག་མེད་རྩྱུང་བྲག་ན། །ཐག་མེད་དབྱགས་བཟང་  
 བརྒྱག་ཅེས་བྱ། །འདི་ཞི་ཕུར་དོང་བྱིད་དོང་རྒྱན་ན། །བདུད་ཆེན་  
 གཡག་རིས་རིང་བཀྲ་བརྒྱག། །འདི་བྱ་ཡུན་དོང་བ་ཤ་ཟུན་ན། །ཉི་  
 བཀྲ་རྩ་མཐུར་རྒྱ་མཐའ་བྲག། །འདི་སང་གྱི་དབལ་ཐོག་ཟེ་ཟེ་ན། །  
 གངས་དཀར་སྒྱུར་བའི་སེང་གེ་བརྒྱག། །འདི་སྒྲུམ་མཉམ་ཉེ་སང་ཉེ་  
 རོད་ན། །དུང་སྒྱུང་གཡུ་ཡི་ཅིད་པ་བརྒྱག། །འདི་སྒྲོ་ཆེ་དུངས་མ་གླིང་  
 བཞིན། །ཐུམ་ལུམ་བདུད་བྱུང་གསོག་པ་བརྒྱག། །འདི་ག་རྒྱ་མུན་ཅུ་  
 མཐུ་རེ་ན། །ཐང་དཀར་ཤལ་གྱི་གསོག་པ་བརྒྱག། །འདི་གལ་བར་  
 རྒྱ་གེ་ཅག་ཅིག་ན། །གནམ་ས་འཕང་ལོ་རང་འཁོར་བརྒྱག། །འདི་  
 བྱུང་བརྒྱུང་བྱུང་མིང་དབང་ཆེན་ན། །གནམ་ལྷགས་ཐོག་གི་ཁ་འཛུམ་བརྒྱག །  
 །རྒྱ་རྒྱུར་སྟག་མོ་ལི་ཐུན། །ལྷ་གམ་དུང་གི་ཕྱག་ཅེ་བརྒྱག། །འདི་  
 འདི་ཞི་ལ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །བྱི་བ་སྒྲོན་པོ་གཡུ་རུ་བརྒྱག། །འདི་ཕྱི་ཕུར་རུ་  
 བ་ཤག་ཤག་ན། །རྒྱ་སྟག་དམར་པོ་བྱ་རུ་བརྒྱག། །འདི་རུ་སྒྲོན་ནེ་གུ་རག་  
 རོག་ན། །དོམ་ནག་ལྷགས་ཁང་གཞོང་བྱ་བརྒྱག། །འདི་ན་འཕན་སྤྱོད་མེད་



ཡིན། བརྩུལ་བབ་ནས་བརྩུག་ཅིག་ལང། ལྷ་མགོར་སྤྱོད་མཁའ་བརྩེགས་  
 བ་ཡིན། བྱ་མོད་ཐང་དཀར་གྱེ་རིག་ཟེར། རྒྱ་པའི་བྱེད་འདུལ་བྱེད་བ་ཡིན།  
 ལྷ་ལྷ་འདི་བརྩུག་ཅིག་དམག་དཔོན་གྱེ་རིང་ཡིན། གྱེ་རིང་ངན་པ་འདི་  
 རྣམས་རང་སར་བབས། དམག་མི་དམག་དཔོན་འོག་རྟར་ངན། བརྩུད་པའི་  
 ལན་རྩ་འདི་རྣམས་བབས། རྒྱ་མགང་དང་གང་བརྩུད་ཀྱང། རྩ་བརྩུད་གངས་  
 གྱི་མི་རྩ་ལུས། བྱི་ནང་གང་བབ་དེ་ག་ལུང། གཉིས་ཀར་བབ་ན་དག་ལུང་  
 ཟན་བརྒྱག་ཡིན། རང་སར་དར་བའི་ལན་རྩ་ནི། འདི་རྣམས་བབ་ན་རྒྱ་  
 ལང་ཡིན། རང་སར་བབས་ན་དག་བྱུབ་བྱ། དགྲུའང་དང་བབ་ན་དག་པོ་  
 སོད། ཡང་གཅིག་རྒྱ་པའི་མཐའ་མིག་ལ། བྲག་གི་གཡག་རོ་འདྲ་བ་བཙོ་  
 བརྩུད་བཤད། ལྷ་ལྷ་འདི་འདི་དམུ་ནག་ཤ་མཐའ་བྲག་ ལྷ་ལྷ་མགོ་ཐོག་སྤྱོད་  
 གྱི་མཁའ་བརྩེགས་ཡིན། འདི་ཡང་བྲག་གི་གཡག་རོ་ཡིན། གསུམ་བབ་  
 བཞེ་ཡི་སོ་ཡོན་ན། གཙོད་མ་དག་གི་མཐའ་མིག་ཡིན། བརྩུབབ་བརྩུག་ཅིག་  
 སོ་ཡོན་ན། དམག་དཔོན་དག་གི་མཐའ་མིག་ཡིན། མི་རྩ་བྱེད་གསུམ་ལུས་  
 ང་ཡིན། ལྷ་ལྷ་སྤྱོད་གྱི་ལྷ་ཤ་གཡལ་མིག་བྲག་ བྲུམ་པས་རྒྱ་རྩ་ག་བསང་  
 པའི་བྲག་ གཅིག་ལ་ན་མཉམ་ཉིད་གྱི་བྲག་ བརྩུད་ལ་ན་མཉམ་བརྩུད་གྱི་  
 བྲག་ བརྩུག་ཅིག་མཉམ་བ་བཙོ་བརྩུད་བྲག་ བརྩུག་སུམ་དག་ལུང་བརྒྱག་  
 ཡིན། བྱི་སར་བབས་ནས་རང་སར་ལྷ་ང་ནི། དག་པོ་ན་མཉམ་སོད་བ་ཡིན།  
 ལྷ་ལྷ་འདི་འདི་སྤྱོད་ནམ་ལུང་མ་ལུང་བྲུ་བྲག་ སྤྱོད་རྒྱལ་ཏུ་ལྷ་ལྷ་ཡིས།

ཁྱུང་གི་རྒྱལ་པོ་ཁྱིམ་བསང། །ལྷ་མིན་མི་གསུམ་བཙོན་ཁང་བྱུང། །གཅིག་ལ་  
གཞི་འཛིན་བཙོན་དུ་ཤོར། །བརྒྱད་ལ་དམག་དཔོན་བཙོན་དུ་བཟུང། །བཅུ་  
གཅིག་དར་འཛིན་བཙོན་དུ་འཛོར། །~~པམ་~~ འདི་ནི་དཔུ་ནམ་རྒྱུ་མཐའ་བྲག།  
ངམ་གཡག་སྒྲ་མདུད་ཤ་བས་སྟག་བསང་དོ། །དབྱུད་པ་གོང་དང་འདྲ་བ་སྟེ། །  
ཕྱི་སར་བབ་ནས་རང་སར་ལྷ་དོན། །བཙོན་པ་ཚུར་ལ་ཐེན་དོཡིན། །~~པམ་~~  
འདི་ནི་སྒྲུང་ལུང་རུམ་ཤོ་བྲག། །གཡག་རོག་པོས་བས་སྟག་བསང་པའི་བྲག།  
རང་སར་གི་མདུད་བྲས་པའི་དོ། །གཞན་མ་རྟེན་རྟེན་ན་འཇུད་པར་གྱིས། །  
༥ །གཞན་ཡང་བྲག་གི་རན་པའི་རིགས། །རང་ས་གང་བབ་མཐའ་མིག་ཡིན། །  
ད་ནི་བདུད་ཆད་རན་པ་བཤད། །དགུ་སྟོག་དམར་བརྒྱད་གྱི་བྱ་རལ་དང། །  
བདུན་གལ་བར་སྟོ་བའི་རྒྱང་རྩ་ཆད། །མི་བདུད་ཆད་དེ་མི་ལ་རན། །བརྒྱད་  
སྒྲུམ་བདུན་སྒྲུམ་མཆོན་པའི་གཤམ་འཛིང་ཆད། །བདུན་ལ་སྐྱོད་པ་སྒྲས་དང། །  
བརྒྱད་ལ་སང་དཀར་ཆོལ་ཆོན། །སྟོ་སྟེང་འབྲེལ་བའི་རྩ་མདུད་ཆད། །བདུན་  
ཡར་ལྷང་བརྒྱད་ལ་སྒྲུང་ལུང་ན། །སྒྲི་བོའི་གཙུག་རྩ་ཆད་པ་ཡིན། །བདུན་སྒྲིབ་  
དེང་བརྒྱད་གྱི་ཡི་ཡན་ན། །རྩ་བའི་ཉན་རྩ་ཆད་པ་ཡིན། །བདུན་དཔྱད་ག་བརྒྱད་  
གྱི་ཐོད་ཐུར་ན། །མིག་གི་ཨ་འབྲས་བུད་པ་ཡིན། །བདུན་ཁྱུང་བརྒྱད་བརྒྱད་  
གྱི་ཨ་ཁད་ན། །སྒྲ་བའི་ལྷེ་རྩ་ཆད་པ་ཡིན། །བདུན་སྒྲུམ་མཉམ་བརྒྱད་ལ་ཏྲང་  
སྒྲུམ་མཉམ། །ཁ་ནང་རྒྱུ་བའི་དབུགས་ཆད་ཡིན། །བདུན་སྒྲུམ་བརྒྱད་གྱི་ལྷི་  
བུར་ན། །འགྲོ་བའི་རྒྱང་རྩ་ཆད་པ་ཡིན། །འདི་ཀུན་མི་ཡི་བདུད་ཆད་ཡིན། །

དགྲ་ཁས་དྲག་བྱུང་ན་རེས་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་བཟང་པོའི་མདུད་པ་གཞན། །  
 རང་སར་བབ་པའི་བྱི་ས་སུ། །རང་རང་གི་མདུད་ཆད་ལན་རྩ་བབ། །རིགས་  
 བས་བསྐྱེས་ལ་ཁ་དམར་གདགས། །འདི་གཞི་ཐུ་དང་ནི་ནད་པ་དང་། །སྤྲུམ་  
 མ་སོགས་ལ་འང་དབྱུང་པར་བྱ། །གཅིག་ལ་དན་གཞི་འཛིན་བདུད་ཆད་ཡིན། །  
 གསུམ་ལ་དན་རྒྱུང་རབ་དག་ལ་ངན། །བཞི་ལ་སྟག་དང་འཕྲུང་མར་ངན། །  
 དྲུག་ལ་བྱང་ཁ་ལ་མ་རྩ་ངན། །བདུན་འོག་རྟ་དང་ནི་དར་མར་ངན། །བརྒྱད་  
 དམག་དཔོན་དག་གི་བདུད་ཆད་ཡིན། །བརྒྱ་སྟག་རྩ་བ་དང་ཐབ་ཅན་དང་། །  
 ཡ་རབ་དང་ནི་རྟ་ལ་ངན། །བརྒྱ་གཅིག་དམག་དཔོན་དར་འཛིན་ངན། །བརྒྱ་  
 གསུམ་དམག་མི་སྤྱི་ལ་ངན། །གཅིག་དར་གཉིས་ཆག་གཞི་བས་དཔའ་བླས་  
 བྱེད། །གསུམ་དང་བཞི་དར་ལྷ་ཆག་སོགས། །དེ་བཞིན་སོ་སོར་སྐྱར་ཏེ་བཤད། །  
 ཆད་པ་དག་གི་ལན་བཟང་ན། །ཆད་པ་སྤྲར་ལ་མཐུད་དེ་བཟང་། །ཡང་ལྷ་འདི་  
 དག་ས་འགྱུར་མེད་ལ། །ཁས་དྲག་བརྒྱག་སྟེ་བབ་རྩུལ་བཤད། །ལྷ་ལ་རྩང་  
 ཟེ་སྤྲུམ་བརྒྱག་ན། །མོག་འོག་ཡུང་དྲུང་ཅན་གྱི་བྲག་ །སྟོག་དམར་ལྷི་བྱར་ཁམས་  
 པ་མདོ་རིས་ཅན། །མ་ཟེ་གྲུག་མིག་སེར་པོ་སྤྲུམ་ཅན། །ཨ་ཁད་རྩེ་མ་དམར་  
 མོ་མེ་ཕྱེ་ཁ། །བྱུང་བརྒྱད་བརྒྱག་ཅན་ཁམས་པ་མདོ་རིས་ཅན། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་  
 བག་པོ་དབྱལ་མདངས་ཅན། །སྦྱིན་དིང་བརྒྱག་ཅན་དམར་པོ་དྲོག་ནག་ཅན། །  
 རྒྱུ་སྤྲར་བརྒྱག་ཅན་རག་པ་སྤུམ་དཀར་ཅན། །ཆོལ་ཆེ་བྱ་བརྒྱག་གོ་སྒྲོན་སྤྲུལ་  
 བག་ཅན། །བྱོད་སྤུར་གོ་པོ་མེ་འཕུར་ཁ། །བྱ་མེད་གཤོག་བརྒྱག་ངང་པ་ཉི་མ་

ཁག་ རྒྱ་ལ་བྱ་ཡན་དཀར་མོ་ན། ཟག་དཀར་མོ་ད་ཐུག་འདྲ་བའི་བྲག་ གཤམ་  
 བར་ཐོད་དཀར་རྒྱུང་ཐུག་དཀར་བྲག་ བྱ་རལ་རིན་ཆེན་བྱ་རྒྱུང་གཞུང་གིས་  
 བྲག་ འིང་འིང་བྱ་གིང་མཆོལ་སྒྲིག་མདོ་རིས་ཅན། རྟ་དེ་འདྲ་རྣམས་ལ་ངན་  
 བ་ཡིན། རྒྱ་ལ་སྒོ་བྲག་བབས་ནས་སྒྲུ། རང་སར་དེ་རྣམས་བབ་བ་ན། རྟ་  
 དེ་འདྲ་རྒྱུང་ལ་ཡོན་ཏེ་ཡིན། ཡང་བཞི་ལ་སང་རིགས་རྒྱ་ལ་ན་འབན་ན། རྟ་  
 ཞེས་འདྲ་བས་དགུང་སྟོན་བརྟོལ། བཞི་ཡི་བྲག་ཐུར་རྒྱ་ལ་ནི། བྱ་རལ་འང་  
 ཞུག་བབ་བ་ན། བྱི་བས་ས་བདག་རྒྱལ་པོ་ཞུང་ཆེན་བསད། རྒྱ་ལ་བྱ་མེད་  
 བརྒྱུད་ལ་ནི། བྱ་རལ་སད་ཞུག་བབ་བ་ན། རི་བོང་ལག་བས་སྤང་ང་བཅད།  
 རྒྱ་ལ་ས་སྒྲུམ་བདུན་ལ་ནི། བེ་རྩ་སེ་སྟོད་བབ་བ་ན། འིང་གག་སྤེར་མོས་བྱ་  
 ཞུང་གཤོག་པ་བཅད། བརྒྱུད་གྱི་རྒྱུང་སྤར་བཅུན་འབན། ཡི་ཡི་འི་སྤར་མོས་  
 སེང་མགོ་བཅད། བརྒྱུད་ལ་ཡི་ཡན་བཅུ་ཐུང་བར། བལ་གྱི་ཕོ་ཡོང་དག་  
 གིས་ནི། རྟོ་རྟོ་འི་བྲག་ཆེན་བཅག་པ་ཡིན། གཉིས་ལ་སྒོ་བར་སྒོ་བརྒྱག་ནས།  
 བརྒྱུད་ལ་སེ་སྟོད་གཡུང་གི་བུར་གྱིས། རྟོད་གྱི་མིག་འབྲས་བཅར་བ་ཡིན།  
 བརྒྱུད་ལ་བྱོད་ཐུར་དགུན་འབན། རི་བོང་ཆོང་ནས་སྤྲུག་གིས་ཁྱེར། སྒྲུ་བྲག་  
 རུ་སོད་ལན་རུ་སེ་སྟོད་ན། མི་ཕོ་གཡག་གིས་བསད་པ་ཡིན། འདི་རྣམས་  
 མི་སྤྱིད་པ་ཡི་དག་ཏེ་ཡིན། ཉམ་རྒྱུང་དག་ལ་གལ་མ་འཇུང། སོ་སོའི་དག་  
 ཡིག་སོབ་དང་ནི། རྟོད་བར་དག་བྱུང་བྱས་ན་ཡན། ཡང་སྒྲེས་ཐུ་མི་ཡི་འབྱུང་  
 ཞུང་དང་། མདོ་བ་རྟ་ཡི་ལག་དོང་བཤད། བདུན་སྒྲུམ་བརྒྱུད་ལ་སེ་སྟོད་

དང་། །དགུ་ལ་ལྷི་ཐུར་བབ་པ་ན། །མི་བདུད་ཆད་དེ་མི་ལ་ངན།། ~~ཐུར་ལ་སྒྲོ་ཆོས་ཐབ་ཆོད་ན། །སྒྲུབ་བདུད་ཆད་དེ་སྒྲུབ་ལ་ངན། །བདུན་གྱི་ཐོག་~~  
~~ཏུ་ཐང་ལེན། །སྒྲུབ་བདུད་ཆད་དེ་སྒྲུབ་ལ་ངན། །བདུན་ལ་ཡར་ལྷང་སྒྲོ་བརྒྱུག་~~  
~~ན། །འབྲུ་བདུད་ཆད་དེ་འབྲུ་ལ་ངན། །བདུན་གྱི་གལ་བར་སྒྲོ་བརྒྱུག་ན། །~~  
~~ཐུབ་བདུད་ཆད་དེ་ཐུབ་ལ་ངན། །བདུན་ལ་མ་ཆོས་སྒྲོ་བརྒྱུག་ན། །མ་ཆོན་བདུད་~~  
~~ཆད་དེ་མ་ཆོན་ལ་ངན། །བདུན་ལ་འདི་རྣམས་བབས་ནས་སྤྱ། །དེའི་ལྷ་ལ་ཡར་~~  
~~དིང་སྒྲེར་བརྒྱུག་ན། །དམག་དཔོན་ལུས་པའི་འབྲུབ་ཁུང་ཡིན། །མ་ཆོས་ལྷ་འི་~~  
~~དར་འཛིན་ལུས། །སྒྲོག་དམར་རྟག་རུ་བ་རྣམས་ལུས། །རྩ་ཐང་རྩ་ཐང་ཁྲབ་~~  
~~ཆོན་ལུས། །ལྷ་ལ་བྱ་རལ་རིན་ཆོན་ན། །ཁྲབ་ཅན་ལུས་པའི་ཁྲེལ་ཐག་ཡིན། །~~  
~~ཨ་ཁད་ཅེ་མ་བེང་ཅན་ལུས། །སྒྲེར་ལུན་ར་བརྒྱུག་འབྲུ་ཅན་ལུས། །དམ་ཅུ་ལི་~~  
~~ཤོ་སྒྲུ་མིད་ལུས།། ~~ཐུར་ལ་སྒྲོ་ཆོས་ཐབ་ཆོད་ན། །སྒྲུབ་བདུད་ཆད་དེ་སྒྲུབ་ལ་ངན། །བདུན་གྱི་ཐོག་~~~~  
~~མི་ལི་འབྲུབ་ཁུང་ཡིན། །ལྷ་ལ་མ་སང་རྟོ་བརྒྱུག་སྤྱུང་དང་། །ཁ་བྱག་རྟོ་~~  
~~བརྒྱུག་སྤྱུང་སྤྱེ། །ཉི་ཤུ་ཅུ་བྱག་གང་རུང་བབས། །དེ་ལི་ལན་དུ་སོ་ཡོན་གང་~~  
~~བབས་ཀྱང་། །མདོ་བ་རྟ་ལི་ལག་དོང་ཡིན། །གཞན་ཡང་ལྷ་བདུན་དབྱུང་པ་~~  
~~ལས། །ལྷ་ལ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་དང་། །བདུན་ལ་ནག་ཐོག་སེ་སྒྲོད་ན། །རྒྱ་རྟག་~~  
~~ཀན་དང་ལོག་པ་ཞེས། །དམར་ཁུར་ཅན་ལ་མདའ་ཐོག་བྲུབ་ཁུང་ཡིན། །དེ་~~  
~~བཞིན་ལྷ་ལི་བཟང་སྤེ་དེའི་ །བདུན་ལ་ནག་རིགས་སེ་སྒྲོད་བབས། །དེ་དེའི་~~  
~~བྲུབ་ཁུང་གོང་བཞིན་བཤད། །དེ་ནི་ཁྲེལ་ཐག་དབྱུང་པ་ལ། །བརྒྱུད་གྱི་མ་རྒྱུང་~~

བྱོད་ལུང་དེ། །དམག་དཔོན་ཆེ་བའི་ཁྲིལ་ཐག་ཡིན། །བདུན་ལ་ལྟ་རིད་ལ་ངོས་  
 ལ། །ཞག་བརྒྱ་ལ་བྱོས་བྱས་བའི་ཁྲིལ། །དེའི་བརྒྱ་གཅིག་སང་གི་མ་ཟེན། །  
 དེ་དང་དེ་ལྟར་ངོས་བཞུགས་ཡིན། །ལྟ་སྟོག་དམར་སྟག་རུ་བློ་མས་ལུས། །བྱ་རལ་  
 རིན་ཆེན་ཁྲབ་ཅན་ལུས། །ཞལ་ཁད་ཅེ་མ་ཇག་དཔོན་ཁ་ལྟེ་སྐྱམ། །བརྒྱ་གཅིག་  
 རྒྱུ་མ་གྱི་མ་ཟེན། །ཇག་བས་བྱ་བ་བྱེལ་སྟོན། །སྟོ་མ་ཟེད་མག་དཔོན་རི་ལ་  
 བྱོས། །དར་མདུད་ཆད་བའི་ཁྲིལ་ཐག་ཡིན། །རྫོང་མ་ཟེ་ཇག་བ་སྟུ་སྟུ་བྱས། །  
 བྱ་རལ་ཟུན་གྱི་དམག་དཔོན་གྱིས། །དག་ཡི་དམག་ལ་བྱས་འཆོལ་ཡིན། །སེ་  
 སྟོད་ཟུན་དམག་དག་ཁྲིམ་མནན། །ལི་ཡན་དམག་དཔོན་རི་སྟལ་འགྲིམ། །  
 རྒྱུ་ཟུན་དམག་དག་ཡི་བུ་མོར་སྒྱབས། །རྒྱ་སྐར་སྒྱུ་མ་དེ་བབས་བཟ། །དམག་  
 དཔོན་མཆོམ་དར་ལྟེ་ས་ཁྲིས། །ལུང་ཁད་དམག་དཔོན་ངོ་ཟུམ་གནག། །ཁ་ལེ་  
 ལྟར་སང་ལྟ་བལ་མོན་རྒྱུང་གིས། །གཞུ་རྒྱུང་གྲུ་ལ་བསྐྱོན་ནས་སྟུ། །ལྟ་རྒྱུང་  
 ལྟག་བར་བཞག་ནས་བྱོས། །སོ་བྱ་མི་བསང་འོག་རྟ་ཤོར། །མཆོན་ཤོར་ཇག་  
 ལ་བསང་བྱོས་ཡིན། །དེ་རྒྱུ་ས་བརྒྱ་གཅིག་སྟེང་དུ་བབ། །དམག་གི་ཁྲིལ་ཐག་  
 དན་བཞུགས། །ཡང་ལྟ་ལ་བྱ་ཡུན་གཡས་བརྒྱག་དང་། །བདུན་བྱ་རལ་འམ་ནི་  
 ལུང་བྱལ་ན། །ཟུན་གྱི་མགྲོགས་བ་བྱ་བརྒྱ་དེས། །དག་མོང་ཆེ་ཀམ་མ་སྟེབ་  
 ཁྲིལ། །བདུན་ཅེར་བརྒྱད་གྱི་སེ་སྟོད་ན། །ཟུན་གྱི་དཔལ་ལོ་མི་དགུ་དེས། །  
 དག་སྟག་ར་ཁོང་ཡོན་མ་ཐུབ་ཁྲིལ། །བདུན་རུ་སྟོང་དཔལ་དར་བརྒྱད་སེ་སྟོད། །  
 ཟུན་གྱི་དཔལ་ར་མི་བརྒྱ་ཡིས། །དག་སྟག་ར་ཁོང་ཡོད་མ་ཐུབ་ཁྲིལ། །བདུན་



ཨ་ཁད་བརྒྱད་ལ་ལུང་བར་ན། ཟུན་གྱི་མཛད་པ་མི་བརྒྱ་དེས། །དབྱ་མི་མོ་  
 ཤག་མ་ཁན་མ་ཐུབ་དོ། །བདུན་ཅེ་རའམ་ནི་ཆོལ་ཆེ་ལ། །བརྒྱད་གྱི་ཐང་ལེ་  
 ལྷ་དམར་ན། །གནམ་ལྷགས་རལ་གྱི་རྩོན་པོ་དེས། །ཁ་ཉིའི་སྒྲག་པ་མ་ཆོད་  
 གྲེལ། །དེ་སོགས་རང་སའི་བཟང་སྟེ་ལ། །རན་སྒྲོན་སྒྲ་ལབ་བྱུང་བ་ཀུན། །  
 གྲེལ་ཐག་ཡིན་པས་རྒྱལ་ལ་འདོམ། །གསང་བའི་གྲེལ་ཐག་དགུ་འགྱུར་ནི། །  
 བྱ་རལ་དགུ་བརྒྱད་བྱུང་ནས་ནི། །བཅུ་ལ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །གདིང་ལོ་རྒྱུད་  
 རྒྱུད་ན་འཐབ་མོ་བྱུང་། །གཏམ་རན་འཕྱིན་པ་སྟེལ་བ་ཡིན། །གཅིག་ཐར་པའི་  
 གྲེལ་བའི་གྲེལ་ཐག་ཡིན། །བྱ་རལ་དགུ་བརྒྱད་བབས་ནས་སྟ། །བཅུ་ཡི་ཆོལ་  
 ཆོ་བ་བརྒྱུག་ན། །སྤྲོ་གནང་ལ་སྒྲུལ་ཁུག་ཐོབ། །ཁྱི་འཕྲེད་གྱི་ཤར་གསལ་པ་  
 ཐོབ། །བསད་བཅད་ལུང་པར་མི་ཤོང་གྲེལ། །བྱ་རལ་དགུ་བརྒྱད་བཅུ་ལ་བྱུང་  
 བརྒྱུག་ །རྒྱ་རི་མགོ་ལ་དུང་བྱུང་སྟེང་། །དམག་དཔོན་མགོ་བོ་བྱ་ཡིས་བཏོག་  
 བས་གྲེལ། །དེ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་དབྱུང་བར་བྱ། །མདོར་ན་ཁས་དྲག་ཁྱི་སར་  
 ཤོར། །

རང་སའི་བཟང་སྟེ་རན་པས་བསྐྱད། །རན་པའི་གདངས་སྤྲ་བཟང་ལ་ཐོག་ །ཕ་  
 སྒྲུལ་ཕ་སྟེལ་ལོགས་པ། །རན་པ་སྤར་མས་བཅོན་ས་བཟུང་། །དེ་རྣམས་གྲེལ་  
 ཐག་ཡིན་པས་ན། །རྒྱལ་པའི་མོ་ལ་མི་ལེགས་སོ། །ཡང་གྲེལ་ཐག་བཅུ་གསུམ་  
 བཤད་པ་ལ། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་དུ་དབྱུང་བ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་སྟེང་གི་སྟེར་  
 ལྷ་ན། །ཁྱི་བ་ལོ་བའི་གྲེལ་ཐག་ཡིན། །སྟེར་སྟོ་བརྒྱུག་སྤང་ལོ་བ་ཡི་གྲེལ། །

དམ་དག་སྒོ་བརྒྱག་སྟག་ལོ་པ། སྒོ་བར་སྒོ་བརྒྱག་ཡོས་ལོ་པ། སྒྱུར་བྱ་སྒོ་  
བརྒྱག་འབྱག་ལོ་པ། ཁྱིའ་གི་ཨ་ཁད་སྒྱུལ་ལོ་པ། ཁང་རིགས་སྒོ་བརྒྱག་ཏ་  
ལོ་པ། སྒྱིན་དྲིང་རོག་ལུ་ལུག་ལོ་པ། ཆོལ་ཆོ་སྒོ་བརྒྱག་སྒྱེལ་ལོ་པ། བག་  
ལྷི་སྒོ་བརྒྱག་བྱ་ལོ་པ། ཡར་ལྗང་སྒོ་བརྒྱག་ཁྱི་ལོ་པ། སྒྱུམ་ཆན་སྒོ་བརྒྱག་  
ཕག་ལོ་པ། གཤམ་ཡང་ཕ་ལྷི་ཕ་སྒྱུམ་སོགས། སྤར་མའི་མོ་མདུད་ལོ་མལ་  
བབས། ཡང་ན་ཁར་བརྩོང་སྒོ་བརྒྱག་ ཁྲིལ་ཐག་གང་བབས་དེ་ལ་ངན། །  
ཡང་གཅིག་དར་སོ་དབྱུད་པ་ལ། བརྒྱག་སྒྱུམ་དྲངས་མ་གསུ་སྒྱོན་དེར། ཁྱི་  
བ་ལོ་བའི་དར་སོ་ཡིན། དེ་བཞིན་བརྒྱག་སྒྱུམ་སྟེང་དུ་ནི། གལ་བར་ཐོད་  
དཀར་གྲང་ལོ་པ། དམ་དག་དྲུང་སྒོང་སྟག་ལོ་པ། ལྷི་བུར་གིང་ཅེ་ཡོས་ལོ་  
པ། སྒོ་སྟོད་འབྱག་ལོ་བའི་དར་སོ། ཁང་དེ་ཨ་ཁད་སྒྱུལ་ལོ་པ། ཨ་ཁད་  
ཅེ་མ་སྟག་ལོ་པ། དཀར་ཐོག་སྒྱུན་གསུམ་སྒྱེལ་ལོ་པ། བརྒྱུད་སྒྱུམ་བརྒྱག་  
ལུག་ལོ་པ། བག་ཆོ་བརྒྱུན་བྱ་ལོ་པ། ཡར་ལྗང་སྒྱེར་བརྒྱག་ཁྱི་ལོ་པ། སྒྱུམ་  
གྱི་བྱ་བརྒྱག་ཕག་ལོ་བའི། དར་སོ་ཡིན་པས་དེ་དེར་བཟང་། གཤམ་ཡང་ལོ་  
མལ་གང་ཡིན་པར། སྤར་མ་བཟང་སྟེ་གྲགས་ཆེན་བབས། བཟང་ཞིང་དར་  
སོ་ཐོབ་པར་དབྱུད། དེ་ལྟར་བཟང་ངན་གིས་བྱས་ནས། དེ་གི་རྒྱལ་ལ་ཆས་  
བའི་ཆོ། ཁེ་རྒྱལ་ས་བསྒོ་བགྲང་མ་གིས་ན། ཤལ་ཆེན་ཞག་མལ་མི་གིས་སོ།  
ཆང་བུད་ཆང་འདུས་མ་གིས་ན། འདྲུད་བའི་རྒྱུག་ཆོད་མི་གིས་སོ། ཆང་མ་  
བརྒྱག་སྒྱུམ་མ་གིས་ན། བྱ་རྟའི་སྒོ་བགྲང་མི་གིས་སོ། མ་ཟེ་འལ་འོལ་མ་

ཤེས་ན། འོག་རྟ་ཐེབ་ཤོར་མི་ཤེས་སོ། །ཁ་ལང་ཉ་ལང་མ་ཤེས་ན། རྒྱུད་གི་  
འཛིགས་མིག་མི་ཤེས་སོ། །ས་མདོའི་སྤྱང་ཆོང་གོང་འོག་མ་ཤེས་ན། བྱི་ལམ་  
ཨེ་ལད་མི་ཤེས་སོ། །ས་བབ་གནང་བགོས་མ་ཤེས་ན། ཁོར་ཅི་ཐོབ་སྤྱུ་རྟགས་  
མི་ཤེས་སོ། །དེ་དང་དེ་ལ་སོགས་པ་ཡི། །མ་སང་གསང་གཏམ་བཤད་པ་ལས།  
དང་པོ་མེ་ཚུགས་བཤད་པ་ལ། །གཅིག་སྒྲོན་པའི་མེ་ཚུགས་དང་པོ་ཡིན། །དེ་  
ལ་ཨ་ཁད་རྩེ་མ་ན། །དྲོ་མ་ལ་དང་པོར་འཛིགས་མིག་མེད། །གཅིག་ལ་མོ་རྟོད་  
རྣམ་གསུམ་ན། །དྲོ་མ་ལ་དང་པོར་འབྲོག་ཡར་འོང། །གཅིག་ལ་ཚུ་སྤར་འབྲུག་  
ཐོག་ལྷི་བུར་ན། །མེ་ཡི་སང་གོ་ཆས་པ་ཡིན། །གཞི་འཛིན་དཔའ་བླས་བྱེད་  
ཡིན། །གཉིས་འདི་སྒྲིན་མོ་མི་ཟུན་མ། །དགུ་ཤང་མ་ཡི་མེ་ཚུགས་ཡིན། །གཉིས་  
ལ་ཨ་ཁད་རྩེ་མ་དང། །གསུམ་ལ་ཆོ་ལ་ཆོ་གོང་སྒྲོན་ན། །མེ་ཚུགས་གཉིས་ལ་  
འཛིགས་མིག་མེད། །གཉིས་ལ་སྒྲོག་དམར་ལྷི་བུར་ན། །རྩག་ལ་རྒྱུན་མ་ཐོག་  
པ་ཡིན། །དེ་ཡང་གསུམ་ལ་ལི་ཡན་ཞོན་པ་ན། །རྩག་པའི་འོག་རྟ་འཆོར་  
ཡིན། །སུམ་མཉམ་སྒྲིད་དགལ་བར་ཐུབ། །ཐང་ལེ་མཆོན་དང་མཆོ་སྒྲོ་བརྒྱག་  
མདུང། །མཆོ་མ་བརྒྱག་བྱོ་བྱེ་འཆོར། །གསུམ་གཡའ་བཅུན་ཁོར་མ་སྒྲེས་  
ཀྱི་མེ་ཚུགས་ཡིན། །གསུམ་གྱི་སྤྱིང་རྩ་ཨ་ཁད་ན། །དྲོ་མ་ལ་གསུམ་ལ་འཛིགས་  
མིག་མེད། །འབྲུག་ཐོག་མེ་ཡི་སང་གོ་ཆས། །མི་རྟ་རྒྱུང་རབ་དཔའ་ལ་མགྲོགས།  
བཞི་ཐེར་ཤམ་ཤེལ་ལྷགས་མེ་ཚུགས་ཡིན། །རྩེ་མ་བབ་ན་དྲོ་མ་ལ་བཞིར་མི་  
འཛིགས། །འབྲུག་ཐོག་མེ་ཡི་སང་གོ་ཆས། །ཀྲུ་ཡི་སང་མ་རྩམ་པ་ཡིན། །རྟག་

དང་གར་མས་དཔའ་བླས་བྱེད། །བཞི་ལ་མོ་རྟོན་རྣམ་གསུམ་ན། །དྲོ་མལ་  
བཞི་ལ་འདྲོག་ཡར་འོང་། །ལྷ་གཉའ་རིང་སློན་གྱི་མེ་ཚུགས་ཡིན། །ལྷ་ལ་ཨ་  
ཁད་རྩེ་མ་དང་། །དྲུག་ལ་བྱུང་བརྒྱུད་དཔུལ་མདངས་ན། །དག་ལྷེ་ཐུར་མས་  
བདུལ་བ་ཡིན། །གོ་མལ་ལྷ་ལ་འཛིགས་མིག་མེད། །ལྷ་ལ་ཁ་ལང་ཆེན་མོ་  
ན། །གཉའ་རིང་རང་སྒྲག་ཏད་བ་ཡིན། །དྲུག་ལ་མོ་རྟོན་རྣམ་གསུམ་ན། །  
སྒྱུང་ལ་ཐོག་ཤལ་འོང་བ་ཡིན། །དྲུག་གཡའ་འབྱུམ་སི་ལིའི་མེ་ཚུགས་ཡིན། །  
ཨ་ཁད་རྩེ་མ་བབ་བ་ན། །དྲོ་མལ་དྲུག་ལ་འཛིགས་བ་མེད། །འབྱུག་ཐོག་མེ་  
ཡི་སེང་གེ་ཆས། །རྒྱ་བའི་སྒྱུད་ལྷུད་བྱེད་ན་བཟང་། །དྲུག་ལ་མོ་རྟོན་རྣམ་  
གསུམ་ན། །ཕྱི་དྲོ་སྒྱུང་ལ་ཐོག་ཤལ་འོང་། །བདུན་གཡའ་སྒྲུབ་གཅིག་མེ་  
ཚུགས་ཡིན། །བདུན་ལ་ཨ་ཁད་རྩེ་མ་ན། །དྲོ་མལ་བདུན་ལ་འཛིགས་མིག་  
མེད། །རྒྱ་སྒྲར་འབྱུག་ཐོག་མེ་ཡི་སེང་གེ་ཆས། །མོ་རྟོན་རྣམ་གསུམ་བབ་བ་  
ན། །དྲོ་མལ་བདུན་སར་འདྲོག་ཡར་འོང་། །བརྒྱུད་ལྷ་བཙུན་དག་སྒྲའི་མེ་  
ཚུགས་ཡིན། །རྩེ་མ་བརྒྱུད་ལ་འཛིགས་མིག་མེད། །འབྱུག་ཐོག་མེ་ཡི་སེང་གེ་  
ཆས། །ཞེར་མ་ཤ་ཁྱིའི་སྤྱིང་དུ་འོང་། །ཟུན་སྒྲག་རུས་དག་ཡི་སྒྲག་རུ་སོད། །  
མོ་རྟོན་བརྒྱུད་ལ་འདྲོག་ཡར་འོང་། །དག་སློན་བཙན་བཙུ་དག་འི་མེ་ཚུགས་  
ཡིན། །རྩེ་མ་དག་སར་འཛིགས་མིག་མེད། །དག་ལ་འབྱུག་ཐོག་བཙུ་ལ་ཆོལ་  
ཆོལ་བརྒྱག་ན། །དྲོ་མལ་དག་ལ་འཛིགས་མིག་མེད། །དག་ལ་བག་ཐོག་ལྷེ་  
ཐུར་ན། །སྒྱུང་མོ་ལ་ཉེ་ལོག་བ་ཡིན། །ཅོག་རོ་རྟོར་གྱིས་དག་རོ་ཡིན། །དེ་ལ་

མོ་ཤོད་རྣམ་གསུམ་ན། བྱི་རྩོ་སྤངས་ལ་ཐོག་གཤམ་འོང། །བརྩ་འདི་དག་སྤེལ་  
 རྒྱལ་མོ་ནི། རྩོད་ར་ཞེས་བྱའི་མེ་ཚུགས་ལ། རྩེ་མ་མོ་ཤོད་གོང་ལྟར་དབྱེད། །  
 འབྲུག་ཐོག་དུང་ཁྱུང་གེ་འབོད་གང་། །མགོ་དཔོན་བུ་མོས་བརྩུགས་པ་ཡིན། །  
 མོ་ཤོད་རྣམ་གསུམ་འཐོར་འདྲོག་འོང། །བརྩ་གཅིག་དག་སྤེལ་འབྲོ་བའི་མེ་ཚུགས་  
 ལ། རྩེ་མོ་བབས་ན་མེ་ཚུགས་སམ། རྩོ་མལ་བརྩ་གཅིག་འཛིགས་མིག་  
 མེད། བྱི་སར་སྒོ་བྲག་རྩོད་གསུམ་ན། དག་སྤེལ་འབྲོ་བའི་མི་གཅིག་སོད། །  
 ལྟར་མོ་ལྟ་བའི་གནང་ཞིག་ཐོབ། མོ་ཤོད་གསུམ་བབ་བརྩ་གཅིག་པའི། རྩོ་  
 མལ་དག་ལ་འཛིགས་པ་འོང། །བརྩ་གཉིས་ངམ་རྩེ་རྩོད་པའི་མེ་ཚུགས་ལ། །  
 ཨ་ཁད་རྩེ་མ་བབས་ནས་སྤྱ། བརྩ་གསུམ་ཆོལ་ཆེ་བུ་བརྒྱག་ན། རྩོ་མལ་བརྩ་  
 གཉིས་སལ་འཛིགས་མིག་མེད། མོ་ཤོད་རྣམ་གསུམ་ངག་པའི་བྱི་ལམ་ལད། །  
 བརྩ་གསུམ་མཚུན་གྱི་མི་མགོན་དཀར་པོ་ཡི། མེ་ཚུགས་འདི་ལ་ཨ་ཁད་རྩེ་  
 མ་ན། རྩོ་མལ་བརྩ་གསུམ་བར་དུ་འཛིགས་མིག་མེད། འདི་ལ་ཆོལ་ཆེ་བུ་  
 བརྒྱག་དང། རྩེ་སྤངས་འབྲུག་ཐོག་ཕྱི་བུར་ན། སྤྱི་རྩེ་ཁྱུང་ཆེན་ཡེ་ལ་ཕྱོགས། །  
 བྱ་ཁྱུང་དུ་མ་གྲུ་ལ་ཡག །མི་ཡི་སང་གེ་སོ་ལ་ཆས། རྩག་པ་ཡག་པའི་ཁ་པོ་  
 ཡིན། མེ་ཚུགས་བརྩ་གསུམ་འདི་དག་ཏུ། ཨ་ཁད་རྩེ་མ་མེ་ཚུགས་དག་སྤེལ་  
 ཡིན། རྩེ་སྤངས་འབྲུག་ཐོག་མེ་ཚུགས་སྤེར་མ་ཡིན། ཆོལ་ཆེ་བུ་བརྒྱག་མེ་ཚུགས་  
 རྩེ་ལུ་ཡིན། མོ་ཤོད་རྣམ་གསུམ་མེ་ཚུགས་འཛིགས་མིག་ཡིན། དེ་རྣམས་གང་  
 བབ་མེ་ཚུགས་ཀྱི། བཟང་ངན་ཁ་དམར་གདགས་པར་བྱ། དེ་ནི་ལམ་གྱི་མན་

དག་བསྟན། གཞི་ལ་འདུག་ནས་མོ་འདེབས་ན། འདུག་འདི་གསེར་བཅུན་  
 འབུལ་མེདི་ས། གོ་བྱེ་རྫོང་ས་ཡིན་པས་ན། མོ་མདུད་བཟང་པོ་བབ་པ་  
 དགོས། ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་ཁྱི་ལམ་སྟོང་ཤོང་ཡིན། ཡང་ན་དག་ཆེན་རྒྱུ་  
 ལུང་ཡིན། དག་ཡི་རུ་མགོ་མཐོང་དུས་ན། དག་ཁྱིམ་ནས་བྱ་བ་ཡིན། འཇུང་  
 དཔུང་བྱས་ནས་བཙོན་རནག་པོ་ཡིན། དཔུ་འདི་གཞི་ལ་འདུག་ཅན་ན། དཔུ་  
 འང་དུང་ཆེན་མོ་བྱ་བ་ཡིན། སྐྱུང་ལ་འདུག་ན་བྱ་བྱུང་སྟག་རུས་ཡིན། ལ་  
 བཅས་བགོས་པ་བྱིན་ཆད་ནས། ལ་བ་ཅེ་གསོལ་མཆོད་བྱེད་ས་ཡིན། འཇུང་  
 དཔུང་བྱེད་ན་ཟུན་གྱི་དམག་དཔོན་ས། ལུ་འདི་གཞི་ལ་འདུག་དུས་ན། དཔུ་  
 འང་དུང་ཆེན་པོ་བྱ་བ་ཡིན། གཏན་དུ་སེ་སྟོང་དན་རིགས་དགོས། སྐྱུང་ལ་  
 འདུག་ན་སྐྱུང་ས་ཡིན། དེ་དུས་དར་ཀྱང་བཟང་བ་ཡིན། སྐྱུང་ལ་འདུག་དུས་  
 ལུ་དཔུ་ཆག་རིས་དགོས། འཇུང་དཔུང་བྱེད་ཁར་ལུ་དཔུ་ཆག་རིས་དགོས། འཇུང་  
 དཔུང་བྱེས་ནས་ལུ་དར་བརྒྱད་ཆག་དགོས། བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་  
 བཅུ་ཡང་དར་དགོས་སོ། བྱི་རྒྱུང་མས་འཇུང་མེད་མོ་འདེབས་ན། བཅུ་གཅིག་  
 བཅུ་གཉིས་ལན་བརྗེ་དགོས། བཅུ་གསུམ་ལ་ནི་འགྱུར་བ་མེད། གཞི་ལ་  
 འདུག་པའི་གོ་ལམ་དུག་བྱས་ཀྱི་གོ་ལམ་བཞི་ལ་བྱེད། ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་  
 མགོན་ལམ་གསུམ། སྤྱོད་པར་ལ་འགོན་གསུམ། སྐྱུང་ལ་འདུག་པའི་མགོན་  
 ལམ་བདུན། རྒྱུར་ལ་འོང་དུས་མགོན་ལམ་བཅུ། ཉིན་གཅིག་མགོན་ལམ་  
 ཐང་གསུམ་འགྱུར། ཆོལ་ཆོལ་བྱ་བརྒྱག་མགོན་སྟེབ་ཡིན། རང་སྟོན་གལ་ལྟ་

ཁྱེ་པོ་ཡིན། །བག་ཆོ་བྱེད་དང་བྱུང་གྱི་དོ། །སྒྲུམ་མ་ཟེ་བརྒྱུག་ན་གྲོགས་དོ་ཡིན། །  
 རང་སང་གྲོག་དོ་བྱི་སང་གཙོད་སྒྲུང་བབ། །གྲོ་བྱེ་ཐོབ་ལ་བརྟེས་ན་ཤོར། །  
 གཡའ་སྒྲུང་མ་གྲོན་ལམ་དབྱུང་བན། །ལྷ་ཡི་སོ་ཡོན་བདུན་ཕྱོད་ཟུར། །བྱེ་ལྷོ་  
 སྒྲུག་སེབ་བྱ་སྒྲུ་ཡེན། །ཁུ་གཏིལ་ཅུ་བདུས་གཅིག་ཡོན། །བརྟེས་ན་པར་ལ་  
 འཆོར་བ་ཡིན། །ལྷ་ལ་ཆུ་དོ་ལི་ཡན་དང་། །དུག་ཤ་རིང་མཁལ་མ་གྲོ་བརྒྱུག་  
 ན། །གཡའ་སྒྲུང་ཡུལ་གཏིལ་ཟེན་བ་ཡིན། །བརྟེས་ན་པར་ལ་ཤོར་བའི་དོ། །  
 ལྷ་ལ་ལི་ཡན་བརྒྱད་ལ་བྱ་ཟུར་བརྒྱུག། །དག་ཡི་སྒྲུབ་མདའ་ལག་རྩ་ཆུང་། །  
 བརྟེས་ན་པར་ལ་ཤོར་བ་ཡིན། །དེ་སོགས་དག་ལ་ཤ་ལེན་སོགས། །གཏིལ་  
 ཅོད་བཟང་རན་སྒྲོས་ཏེ་དབྱུང། །རྒྱལ་བ་ལམ་རྩ་ལྷགས་ནས་ཀྱང་། །སྒྲུང་གི་  
 གནས་ཆུལ་དབྱུང་བན། །གསུམ་འདི་སྒྲོལ་སྒྲུང་ས་ཡིན། །གཉིས་ལ་རུ་སོད་  
 ལ་ལེན་ས། །གསུམ་ལ་མ་ཟེ་སྟེ་བཞིན། །སྒྲོལ་སྒྲུང་ལ་ཐོག་ཤལ་འོང་། །ཁ་  
 རྒྱས་བཀའ་བ་བཞིན་རྩ་འགོ། །དུག་འདི་ཉིན་བྱེད་སྒྲུང་ས་ཡིན། །ལྷ་ལ་བྱིལ་  
 མིག་སྟག་སྒྲུང་ས་ནས། །དུག་ལ་མ་ཟེ་སྟེ་བཞིན། །ཉིན་བྱེད་སྒྲུང་ལ་ཐོག་ཤལ་  
 འོང་། །ཁ་རྒྱས་བཀའ་བ་བཞིན་རྩ་འགོ། །བཙུ་འདི་བྱི་འཕྲེད་སྒྲུང་ས་ཡིན། །  
 དག་ལ་ན་འབན་བཙུར་མ་ཟེ། །བྱི་འཕྲེད་སྒྲུང་ལ་ཐོག་ཤལ་འོང་། །རྒྱུང་ལ་  
 འདུག་རྩས་འདི་རྣམས་བབ། །དག་བྱུབ་བྱས་ལ་སོ་བ་བརྟེ། །ཡང་གཉིས་གྱི་  
 སྒྲུང་བྱུང་ཀར་མོ་ལ། །གསུམ་ལ་དིང་དིང་བརྒྱུག་ཅན་ན། །ཁྱི་མོ་ཆང་མས་རང་  
 སྒོ་བསྒྲུང་། །ཁུབ་གཅིག་སྒྲུང་སང་དག་མེད་ཡིན། །མཆོན་གྱི་དོད་མཁན་ལྷ་

བཡིན། །དགྲ་ཡི་བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་དང་། །བརྩ་ཡི་དིང་དིང་བརྒྱག་ཅན་ན། །རྒྱ་  
བག་ཉོར་བས་རང་སྒོ་བསྐྱང་། །ཉིན་པར་སྐྱུང་སར་དག་མེད་ཡིན། །ཉིན་གྱི་  
དྲོང་མཁན་ཉི་མ་ཡིན། །ཡང་བརྩ་ཡི་བྱ་ཡུན་ཉིན་གྱི་སྐྱུང་ས་ཡིན། །ཉིན་པར་  
སྐྱུང་ལ་དག་མི་འོང་། །དུག་གི་བྱ་ཡུན་མཆོན་གྱི་སྐྱུང་ས་ཡིན། །རྩལ་མོ་སྐྱུང་  
སར་དག་མི་འོང་། །གཉིས་སྐྱུང་བྱ་བ་གཅིག་སྐྱུང་དག་མེད། །ཁྱིམ་ཆོང་མས་  
རང་སྒོ་བསྐྱང་། །གཉིས་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་སྒོ་སྐྱུང་སྐྱག་གིས་བྱས། །གཉིས་བག་  
ཉི་གསེར་གྱི་ལྷག་བས་སྒོ་སྐྱུང་བྱས། །འདི་རྣམས་རྩལ་གཅིག་སྐྱུང་དག་མེད། །  
ཡང་ལྷ་ཡི་སྟེང་གི་རུ་སོད་དེ། །གཡུ་ཡི་སོ་རོག་ཉིན་གྱི་བྱ་ར་བྱེད། །དགྲ་ཡི་བྱ་  
ཡུན་དག་ར་སོ་དེ། །དུང་གི་སྟེག་གས་ཉིན་གྱི་བྱ་ར་བྱེད། །ཉིན་པར་སྐྱུང་ལ་  
དག་མེད་ཡིན། །གཞི་བྱས་ཁྱད་པར་མེད་པར་ནི། །རྩལ་གཅིག་དག་མེད་བཤད་  
པ་ལ། །གཉིས་ལ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་སྐྱུང་། །སྐྱོན་དིང་བརྒྱག་ཅན་དེ་རྣམས་བབ། །  
སྒོ་སྐྱུང་ཡིན་བས་དག་མེད་དོ། །ལྷ་ལ་བག་ཉི་དིང་དིང་བྱོད་ལུང་དང་། །སྐྱོན་  
དིང་སོ་ཡོན་སྐྱུམ་དང་སྐྱུར། །གལ་བར་བབ་ན་རྩལ་གཅིག་དག་མེད་ཡིན། །  
དེ་རྣམས་གང་བབ་དེ་པན་མདུད་མི་དགོས། །བརྩ་གཉིས་དམུ་དག་སྒོ་བརྒྱག་  
དང་། །ཆོལ་ཆོད་དིང་དིང་སྐྱོན་དིང་སྐྱུར། །གལ་བར་བབ་ན་དཔུང་རྒྱུད་གི། །  
མགོན་རེས་གཅིག་ལ་ཇི་ཕྱེད་ཡིན། །དམག་ཆེན་ཡིན་ན་ཞག་གཅིག་ལས་མིན་  
ནོ། །རྐང་སྐར་ཉི་ལུང་ཡུལ་བས་མི་ཚུགས་ཇི། །རྒྱ་སྐར་ཉི་ལུང་ངམ་གྱིས་  
མི་ཚུགས་ལ། །སང་ཁམས་དག་སྒྲས་མི་ཚུགས་ཇི། །འདི་རྣམས་གང་བབ་མི་



ཚུགས་ཀྱི། །བར་དུ་སྒྲོན་མེད་ཁ་དམར་ཐོགས། །ཡང་གཞི་ཐུ་སོགས་ལ་མཁོ་  
 བཡི། །སྤྱིར་བཏང་སོ་སྤྱང་ཉི་ཤུ་བཤད། །གཅིག་དང་བརྒྱད་ལ་དིང་དིང་ནས། །  
 བརྒྱ་གཅིག་རྒྱུ་རྒྱར་དུང་སྒྲོང་ན། །ཉི་མེ་གངས་ཀྱི་གཏིང་རུམ་ན། །མེད་གོ་  
 དཀར་མེའི་སོ་སྤྱང་ཚུགས། །ཡ་རབ་རྒྱལ་རྒྱུད་དག་ལ་བཟང་། །གཅིག་བརྒྱད་  
 དིང་དིང་གཞིར་བཞག་ནས། །བརྒྱ་གཅིག་སྤྱིར་དུ་བབ་ལུགས་ལ། །ཞུ་ཁད་  
 ཅེ་མ་ནགས་ལ་རྒྱ་སྒྲག་དང་། །ཡར་ལྗིང་དབའ་པོ་མཁའ་ལ་གཡུ་འབྲུག་དང་། །  
 བྱ་བྱར་སྤང་ལ་ཉིག་རི་དང་། །མུ་ས་དེལ་དཀར་རི་ལ་ཡུ་མོ་དང་། །སྤྱི་མ་མཉམ་  
 སྤྱི་མ་མོ་རི་སྤལ་ལུགས་སྤྱང་དང་། །མ་ལྗི་བུ་བརྒྱག་མ་མོ་མཆོལ་ལུ་དང་། །  
 རྒྱུར་བྱ་དཀར་མོ་ཤིང་ལ་ནེ་ལེ་དང་། །གསེར་བྱ་ཟུར་ཐིག་མཆོལ་ངང་བ་  
 དང་། །མ་སྤྱི་བུ་བརྒྱག་མཆོལ་མཆོ་སྤྱོད་དང་། །རྒྱ་སྤར་འབྲུག་ཐོག་རྒྱལ་  
 རྒྱ་སྤྱོད་དང་། །བྱ་བྱར་གསེར་ཐིག་གཡའ་ལ་ཨོག་དཀར་དང་། །མ་ཆོ་བརྒྱན་  
 བྲག་ལ་གཞིག་མོ་དང་། །ཤང་ཅེ་རུ་དཀར་བྲག་ལ་གང་དབྱི་དཀར། །ཀྱི་བ་  
 སད་ཁད་བྲག་རིར་བྱེད་མོང་དང་། །རུ་སོང་ཁ་ལེ་རྩ་རིར་འབྲོང་མོ་དང་། །  
 གལ་བར་ཐོད་དཀར་རི་ལ་སྤྱང་པོ་དང་། །སྤྱོ་ཆོ་མདོང་བུ་ཐང་ལ་རྒྱུང་བུ་དང་། །  
 རྒྱུར་སྤྱང་བུ་བརྒྱག་མཆོལ་ཉ་མོ་དང་། །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་ནགས་ལ་གསེར་  
 རྒྱལ་ཏེ། །དེད་གསེས་སོ་སོའི་སོ་སྤྱང་ཚུགས། །གཞན་ཡང་བརྒྱ་གཅིག་བཟང་སྤྱི་  
 རིགས། །གང་བབ་དེ་ལྟར་བསྒྲེས་ཏེ་དབྱུང་། །གཞི་མགོན་རྒྱལ་བ་ལ་སོགས་  
 བར། །སོ་སྤྱང་ཚུགས་ན་སྤྱི་ཐུ་བཅོན། །ཡང་རྒྱལ་པའི་སྤྱང་ས་ཀྱི་དམིགས་

བསལ་ལ། །ཁ་ལང་ཉ་ལང་དབྱེད་པ་ནི། །གཅིག་གི་ཁ་ལང་ཆེན་མོ་ན། །བསེ་  
 ཡི་སྒྲག་ནག་དག་ལ་ཆས། །གཞི་འཛིན་གྱི་ནི་དཔའ་བླས་བྱེད། །གཉིས་ལ་  
 མེ་སྟོད་དན་རིགས་ན། །སྒྲག་གི་ཕྱི་སྤེར་བྲག་ལ་རུབ། །དག་པོའི་བུ་ཆ་བུད་  
 མེད་སོད། །དེ་བཞིན་ཁ་ལང་ཆེན་མོ་འདི། །བརྟག་སུམ་བར་དུ་བབ་ཚུལ་ལ།  
 །གཉིས་རྒྱུ་བོད་ཟམ་སོར་སྐང་བུང་ཆས། །དེའི་གསུམ་ལ་མོ་ཁྱོད་ནམ་གསུམ་  
 བ། །སྤྲོ་སྤྲངས་ལ་ཐོག་ཤལ་འོང། །སྤྲང་ས་སྤོས་ལ་སོ་བ་བརྟེས། །གསུམ་  
 རྒྱ་སྒྲག་ཕྱ་ཁྱ་ཆང་ནས་བུད། །མི་རྟ་ཆུང་རབ་དཔའ་ལ་མཁྱོགས། །དེ་ཡི་བཞི་  
 ལ་སྒྲོག་དམར་ན། །བྲག་ལ་སྒྲག་གཟིག་ཅེད་མོ་ཅེ། །ཉིན་གྱི་སྤྲང་ས་བརྟེད་  
 བ་ཡིན། །ཟུན་གྱི་དཔའ་བོ་དག་ལ་ཆས། །བཞི་གཡུ་མཆོད་གཡུ་འབྲུག་ཞག་  
 ས་བབས། །རྟག་དང་གར་མ་གཉིས་ཀ་དཔའ། །དེ་ཡི་ལྷ་ལ་སྒྲུམ་ནག་མེ་སྟོད་  
 བ། །འབྲུག་ཟེ་བ་དག་ཡི་བྲག་ལ་རུབ། །དག་ཡི་གཞོན་རུ་གར་མ་སོད། །  
 །སྤྲང་ལ་ཐོག་བཤལ་མི་འོང་ངོ། །ལྷ་གཉའ་རིང་ར་ཆན་བསྐད་བ་ཡིན། །དེ་  
 ཡི་དུག་ལ་མོ་ཁྱོད་ནམ་གསུམ་ན། །ཉིན་བྱེད་སྤྲང་ལ་ཐོག་ཤལ་འོང། །དུག་  
 གསེར་བྲག་མཆོལ་སྒྲག་ལ་ཉེ་བྱེད། །དག་པོའི་མདའ་མོ་རྒྱན་བཅས་ཐོབ། །  
 །སྤྲང་ལ་ཐོག་ཤལ་མི་འོང་ངོ། །བདུན་ཕུ་བོ་བས་ཀྱང་རུ་བོ་དཔའ། །ཟུན་གྱི་  
 དཔའ་བོ་དག་ལ་ཆས། །བརྒྱད་རྟ་གཡུང་དུང་ཅན་གྱིས་བདུད་ཅི་ལོན། །དེའི་  
 བརྒྱད་རྟ་སྤར་ལྷི་བུར་ན། །དབུས་ཀྱི་བྲག་དམར་བསམ་ཡས་ལ། །ཁྱོད་སྒྲག་  
 མ་བུ་རོལ་མོ་བྱེད། །གྲོགས་དང་ལ་སྒྲུན་གཉིས་ཀ་དཔའ། །སྤྲང་ལ་ཐོག་

གལ་མི་འོང་དོ། །བརྒྱད་ལིང་ག་དག་ལ་ཆས་པ་ཡིན། །དེ་ཡི་དགུ་ལ་སྒྱུམ་ཟེ་  
ན། །ཀར་མ་བི་ཤུམ་བིང་ཆེན་བསྒྲིལ། །ལྷ་མིན་གཡུལ་དོ་བསྒྲོག་པ་ཡིན། །  
དག་མོད་ནོར་ཐོབ་སྒྲུང་མི་འཇིགས། །དགུ་མིན་གྱི་ཟངས་རི་དེལ་ཆེན་ལ། །  
མིན་བྱ་ལྷག་པ་སོ་ལ་ཆས། །མིན་གྱི་ཤང་ཁ་ལང་ལང་ལ། །མཁོ་དམར་ཅན་  
གྱི་དག་དོ་ཡིན། །བརྒྱལ་མོ་མོད་ནམ་གསུམ་ན། །ཕྱི་དོ་སྒྲུངས་ལ་ཐོག་གལ་  
འོང། །སྒྲུང་ས་སྒྲོས་ལ་སོ་བ་བརྟེས། །བརྒྱད་གུང་ལ་གཡུ་འབྱུག་གསུང་སྒྲུང་  
སྒྲོགས། །སྤང་བོ་ཆེ་ལ་སྒྲེ་བེམ་རྒྱས། །ཁྱིམ་ལྷག་ཡོད་རི་དེལ་དཀར་ལ། །  
གར་མ་རྟག་པས་ནོར་བཏོས་ཡིན། །དེའི་བརྒྱ་གཅིག་གལ་བར་ཐོད་དཀར་  
ན། །ཟུན་གྱི་དཔའ་བོ་དག་ལ་ཆས། །དེའི་བརྒྱ་གཉིས་སྒྲོ་བྲག་འོང་གསུམ་  
ན། །མི་ཆེན་མོད་ལ་ནོར་ཆེན་ཐོབ། །བརྒྱ་གཅིག་དག་སྤེའི་དྲུང་བྲག་ནས། །  
གཡུ་འབྱུག་སྒྲོན་མེའི་ཟེ་བ་བདར། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གཉིས་སྒྲོ་བྲག་ན། །འབྱུག་ཟེ་  
བ་དག་ཡི་ཁྲག་ལ་རུབ། །ཐང་གང་མི་སོད་ཤོག་གང་ནོར་ལོན་ཡིན། །བརྒྱ་  
གཉིས་ཡེ་ངམ་ས་མཆོམས་དེར། །སྒྲུང་མོ་དུན་མ་སོ་ལ་ཆས། །བྱང་འབང་ལུང་  
གཡོན་མར་ར་མདའ་ལང། །དེ་ཡི་བརྒྱ་གསུམ་སོ་བྲག་ན། །ཟུན་ཁྲག་དག་  
ཡི་སྒྲོན་དུ་འཐོར། །རྟག་པའི་བྱི་ལམ་ལད་པ་ཡིན། །བརྒྱ་གསུམ་སྒྲོན་པའི་  
སྒྱག་རི་ལ། །དག་སྤེའི་བྱ་ཁྲུང་རོལ་མོ་བྱེད། །བྱེས་གྱི་གཏམ་སྟན་ཁྱིམ་དུ་  
སྒྲོགས། །ལར་ཁ་ལང་བྱང་སྒྲུམ་ཆེན་མོ་འདི། །དག་སྤེའི་གཡུ་འབྱུག་སྒྲུང་  
བྲགས་ཡིན། །གལ་བར་བཀྲ་རྒྱུང་གུར་བཀྲ་འདི། །སྤང་ཆེན་ས་ལ་རབ་བརྟན་

ཡིན། །འདི་གཉིས་སྤྱི་དཔལ་བཟུང་བའི་དག་སྤྱི་ཡིན། །རང་སའི་བཅོན་སར་བབ་  
 བ་ན། །རྒྱུ་ལ་ཐོག་བཤལ་མི་འོང་ཞིང་། །རྒྱུ་མི་འདྲོག་བ་ཡི་རྩི་ཡིན། །  
 བྱི་བཞིར་རྒྱུ་ཐོག་དག་འོང་ཞིང་། །བྱུང་ཐོག་བྱི་ཡིས་བརྩི་བས་ན། །རྒྱུ་ས་  
 རྩོ་ལ་སོ་བ་བརྩེ། །དག་བྱུབ་བྱས་ལ་བྱས་ལྟ་མཆོད། །དེ་ནི་མ་ཟེ་འོལ་འོལ་  
 དབྱད། །གཅིག་ལ་མ་ཟེ་གྲག་མིག་ནས། །གཉིས་ལ་རྩོ་བར་རྩོ་བརྒྱག་ན། །  
 མཆོལ་བྱ་སྤྱོད་དཀར་ཐོབ་བ་ཡིན། །དེ་བཞིན་གཉིས་ལ་འདི་ལྟ་སྟེ། །རྒྱུ་བྲག་  
 རུ་སྤྱོད་ནག་པོ་མདངས་ཅན་དང་། །རྒྱུ་བྲག་སེ་སྤྱོད་མོག་རོ་གཡུང་བྱུང་ཅན། །  
 བྱི་མེད་ངང་བྱུང་ལྟ་བུ་འཐོབ། །ཁྱི་དང་སེ་སྤྱོད་མར་ཁུར་མདངས་ཅན་ཐོབ། །  
 བྱ་རལ་ལུམ་གསུམ་བྲ་རྒྱུང་གཞུང་ཁྱེལ་ཐོབ། །ཁུང་ཁད་རག་བ་སྟག་རལ་  
 ཐོབ། །ཨ་ཁད་དམར་པོ་མེ་ལྷེ་ལ། །དེ་ནམས་གསུམ་ལ་བྱ་ཡུན་གཡས་བརྒྱག་  
 དགོས། །བབ་ལན་བརྩེས་ན་དེ་འདྲ་པར་ལ་འཆོར། །བཞི་དང་ལྷ་ཡང་དེ་དང་  
 འདྲ། །བརྒྱད་དགུ་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་ཀྱང་། །དེ་དང་འདྲ་བར་དབྱད་  
 བར་བྱ། །ཡང་གཅིག་གཡེལ་སྤང་ལོན་རྟེན་སོགས། །རྒྱ་མགོན་མན་དག་  
 འགའ་ཞིག་བཤད། །གཡེལ་སྤང་ལོན་བདུན་དབྱད་བ་ན། །བདུན་གྱི་ཕྱོད་ལྷུ་  
 གཞིར་བཞག་ནས། །བརྒྱད་ཀྱི་སྟེང་དུ་བབས་ལུགས་ལ། །ཨ་ཁད་རྩེ་མ་སྟག་  
 ལ་མོ་རྩུང་ལོན། །ཁ་ལེ་འཕྲོང་ལ་བཅའ་གཡོན། །བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་བྱ་རྟོད་དང་  
 རུ་ལོན། །ཁུང་བརྒྱད་དཔལ་མདངས་ཁུང་ལ་མེ་དྲོག་ལོན། །ཁ་རི་དོག་ཆང་  
 ཁ་ལ་ཁ་སྤྱོད་ལོན། །རྒྱུ་མི་བྱ་བརྒྱག་གཞིག་ལ་ཐིག་ལེ་ལོན། །སྤྱིན་དིང་གཡུ་

ཐོག་ས་ནས་གསེར་ལོན་ཡིན། །གཞན་ཡང་བཟང་སྟེ་གང་ལྟར་དེ་དཔལ་ལོན། །  
 དེ་ནས་ས་གང་དང་གང་བབ་ཀྱང་། །དགུ་ལ་ཚོལ་ཆེ་ལུག་གྲུན། །ལོན་པ་ཡང་  
 དག་དེ་ལ་ཟེར། །ཕ་སྒྲ་བྱང་ཚང་དབྱུང་བ་ནི། །གཅིག་ཕྱི་བྱུང་གཉིས་ལ་བྱ་  
 རལ་ན། །བྱུ་གྱི་ཕ་མོ་སྒྲ་ནག་མས། །དགུ་ཡི་བྱང་ཚང་ཆུང་བ་རྫོགས། །  
 གསུམ་ལ་ཚོལ་ཆེ་ལུག་གྲུན། །རྫོགས་པ་ཡང་དག་དེ་ལ་ཟེར། །དེ་བཞིན་བཞི་  
 ལྷ་འབྲིང་པོ་སྟེ། །དྲུག་ལ་ཚོལ་ཆེ་བརྒྱག་ན་དེས། །བརྒྱད་དགུར་འབྲིང་པོ་བརྒྱ་  
 ཚོལ་ཆེ། །བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གཉིས་ཆེ་བ་སྟེ། །བརྒྱ་གསུམ་ཚོལ་ཆེ་ལུག་གྲུ་བབ་  
 ན་དེས། །དེ་ནི་ཀུ་ཀུ་ཤ་ཆང་བཤད། །བརྒྱ་ལ་དཀར་ཐོག་བབ་པ་གཞིར་བཞག་  
 ནས། །གཉིས་ལ་གང་བབ་དབྱུང་བ་ལ། །ཡལ་ཁད་ཅེ་མ་རྒྱ་སྟག་ཤ་ཆང་གང་། །  
 གྲོག་དམར་རི་སྒྲུང་ཁ་ལེ་འབྲོང་བྱ་དང་། །སྟོ་མ་ཟེ་མི་དྲེད་དོད་མར་དང་། །  
 བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་དྲུང་ཁ་དཀར་མོ་སོགས། །སྒྲུར་ལ་བྱ་བྱུར་གསེར་ཐིག་དང་། །  
 བྱ་རལ་རིན་ཆེན་བྱུང་བརྒྱད་དབྱལ་མདངས་དང་། །དགོ་ཆང་སྒྲུམ་གྱི་བྱ་བརྒྱག་  
 དང་། །རྒྱུང་སྒྲར་དྲུང་སྒྲོང་ལ་སོགས་པ། །ཐེར་མ་དེ་དང་དེ་དག་ནི། །ཤ་ཆང་  
 གང་ཞེས་རྟེན་དོ་ཡིན། །བྱུང་པར་རྒྱན་མ་སོགས་ལ་བཟང་། །ཡང་གཉིས་དང་  
 བརྒྱ་ཡི་དབྱུང་དེ་ནི། །རྒྱ་སྟག་མཆོག་གྱི་བྱ་ཟིན་སོགས། །དབྱུང་བ་ལར་ཆེར་  
 འདྲ་བ་ཡིན། །བརྗེས་ན་པར་ལ་ཤོར་ཏེ་ངོ། །དེ་ནི་བག་ཆོ་འཕྲུལ་བྱུག་བཤད། །  
 རྩང་ཟེ་ལྷ་བསྟུང་ལན་དུ་ནི། །བག་ཆོ་སྒྲུན་གསུམ་གང་བབས་ཀྱང་། །སྤང་  
 དཀར་ཤིང་ཅེ་རྟ་ལ་འཕྲུལ། །རྟ་བརྒྱ་པོང་དང་བཅས་པ་ཐོབ། །དེ་ནང་ཁམས་

བ་བཞི་རྒྱུད་ཡོད། །དེ་མོ་མ་ང་ཡི་མོ་ཡོན་ཡིན། །རུ་སོང་ལྷ་བསྐྱུད་ལན་བག་  
 ཚོ། །བྲེ་བོ་རུ་ཅན་འབྲི་ལ་འཇུམ། །འབྲི་མ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཐོབ་བ་ཡིན། །མཛོ་  
 རྒྱུང་དཀར་སྒྲ་མདོ་དཀར་བདེ། །མོ་མ་ང་ཡི་མོ་ཡོན་ཡིན། །ཚོ་ལ་ཆོ་ལྷ་བསྐྱུད་  
 ལན་བག་ཚོ། །ཡོ་བྱའི་རྒྱལ་བོ་ལྷག་ལ་འཇུམ། །ལྷག་མ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཐོབ་བའི་  
 ཅན། །ཁྲིམ་བོ་སྒྲ་ཡུ་མོ་ཡོན་དགོས། །ཅེ་ར་ལྷ་བསྐྱུད་བག་ཚོ་ན། །ཁྲོ་མཚོན་  
 གངས་དང་དབྱིག་ལ་ཡོད། །དེ་རེས་ཚྭ་མཚོན་མང་བོ་ཐོབ། །རལ་གྱི་ཡུ་དམར་  
 དེད་ལ་དགོས། །དུ་དག་ལྷ་བསྐྱུད་བག་ཚོ་ན། །སྒྲ་ཐག་ཅན་གྱིས་མཆང་བ་  
 གང་། །ཡུ་མོ་སྒྲ་ཅན་མོ་ཡོན་དགོས། །ཡར་ལྷིང་ལྷ་བསྐྱུད་བག་ཚོ་ན། །ཁྲབ་  
 དཀར་མ་ཐོབ་དགུ་ཐོབ་ལ། །གསེར་ལ་གཞུང་ཐུར་ཅན་དེ་མོ་ཡོན་དགོས། །  
 ཡང་ཞོན་བ་མི་བཞི་བཤད་བ་ན། །བཅུ་གཅིག་སྡེ་དུ་དབྱུང་བ་སྡེ། །མ་ཟེ་  
 ཡོག་དམར་རང་ཅེ་ཤ་བ་ཞོན། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་གེ་སྡོད་སྒྲག་ལ་ཞོན། །ཤང་ཅེ་  
 རུ་དཀར་དུ་མཐུང་རྒྱུང་ལ་ཞོན། །རྒྱུང་བརྒྱུང་མཆོལ་ཐིག་ཡོ་བྱ་འདབ་དྲག་  
 རྒྱུང་ལ་ཞོན། །དེ་ཁས་དྲག་ཞོན་བ་མི་བཞི་ཡིན། །སྒྱུ་མ་མ་ཟེ་སྒྲོ་བཞི་དབྱུང་  
 བ་ན། །གཅིག་སྒྱུ་མ་མ་ཟེ་གཉིས་ལ་ནི། །ཨ་ཁད་སྒྲོ་བརྒྱག་ཤར་དུ་སོང་། །  
 དག་ཡི་རུབ་བཤད་མིར་ཐད། །དེ་བཞིན་བཞི་ལྷ་སོགས་ལ་འགྲོ། །དེ་ནི་ཆང་  
 ཐུང་དབྱུང་བ་ལ། །བཞི་དར་ལྷ་ཆག་ཆང་ཐུང་ནི། །ཁྲིམ་དུ་བབ་ན་ཆ་རན་  
 ཡིན། །བྲེས་སྐྱབབ་ན་འགྲོ་རན་ཡིན། །སྐྱངས་སྐྱབབ་ན་བདེགས་རན་ཡིན། །  
 རྒྱག་ཁར་བབ་ན་རྒྱག་རན་ཡིན། །འཇབ་ཁར་བབ་ན་འཇབ་རན་ཡིན། །

འདབ་ཆགས་རྣམས་ཀྱི་ཚང་བུད་ནི། །ཚང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཆུང་བ་ཡིན། །ལྷ་དར་  
 རྒྱལ་ཆག་ཚང་བུད་ནི། །འཕྱུང་དབྱུང་ཕྱེ་ཁའི་ཚང་བུད་ཡིན། །སང་དང་བྲག་  
 ཆེན་ཚང་བུད་གཡུལ་སྒྲོད་ཡིན། །ཚང་བུད་ནང་གི་ཆེ་བ་ཡིན། །ཚང་བུད་ནམ་  
 བྱུང་པར་ལ་རྒྱལ་བ་གཅིས། །ད་བཞི་དར་ལྷ་ཆག་ཚང་བུད་བཤད། །བཞི་ལ་  
 བྱུང་བརྒྱུད་དབྱུང་མདོང་ནས། །ལྷ་ལ་བྱ་རལ་ལུམ་གསུམ་ན། །ཕོ་ལྷ་བྱ་དཀར་  
 ཚང་ནས་བུད། །ཁམས་པ་འདྲེས་པ་བྱ་གཅིག་ཐོབ། །བཞི་སྒྲོག་དམར་ལྷ་ལ་  
 རྒྱུ་མ་སེ་སྟོད། །དུང་བྱ་རྩྱུང་བ་ཚང་ནས་བུད། །དམར་པོ་འདྲེས་པ་བྱ་གཅིག་  
 ཐོབ། །དེ་བཞིན་བཞི་ལྷ་རྒྱུད་ནས་སྟ། །བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་བྱ་མེད་སེ་སྟོད་ན། །  
 ཐང་དཀར་ཚང་བུད་ཟག་ཁྱུང་འདྲེས་པ་ཐོབ། །བྱོད་ལུང་ལང་ངལིང་ཆུང་སེ་  
 སྟོད་ན། །སྤང་བུ་ཚང་བུད་སེར་པོ་འདྲེས་པ་ཐོབ། །སྦྱིན་དིང་གཡུ་ཐོག་བྱ་མེད་  
 སེ་སྟོད་ན། །ལྷག་པ་ཚང་བུད་ངང་སེར་འདྲེས་པ་ཐོབ། །ནག་ཆུང་ཟལ་ཟལ་  
 བུང་བར་ཨ་ཁད་ན། །སྦྱ་ག་ཚང་བུད་ཟལ་ཟལ་འདྲེས་པ་ཐོབ། །རུ་སྟོད་ཁ་ལེ་  
 རྒྱ་བྲག་རུ་སྟོད་ན། །ཕོ་ལོག་ཚང་བུད་ནག་པོ་འདྲེས་པ་ཐོབ། །གལ་བར་ཐོད་  
 དཀར་ལེ་ཆུ་སེ་སྟོད་ན། །འོལ་བ་ཚང་བུད་བརྒྱུད་འདྲེས་པ་ཐོབ། །དིང་དིང་བྱ་  
 གིང་བྱ་མེད་སེ་སྟོད་ན། །ལ་སང་ཚང་བུད་གྲོ་པོ་འདྲེས་པ་ཐོབ། །འདི་རྣམས་  
 གང་དང་གང་བབ་ཀྱང་། །མི་འགྱུར་རྟགས་སྟ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་དགོས། །  
 བརྒྱད་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་ཚང་ནས་བུད། །བརྒྱད་བྱ་ཡུན་བརྒྱལ་མེད་ཚང་སྟོར་  
 བུད། །བདུན་ལ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་ན། །ཚང་སྟོར་བུ་ལ་བསྟུན་བ་ཡིན། །

བརྒྱུག་མེད་ཆོད་སྒོར་འདུག་པ་ཡིན། །སྒྲིག་ས་མ་གང་བབ་ཆོད་དུ་རུལ། །  
 ཆོད་ནས་བྱད་ན་དོན་ལྡན་རྒྱུ། ཆོད་སྒོར་བྱད་ན་སང་རྒྱུ། ཆོད་དུ་བྱད་སྒྲུན་  
 གནང་རྒྱུ། ཆོད་སྒོར་འདུག་ན་གཞིས་རྒྱུ། ཆོད་དུ་རུལ་ན་རྒྱུ།  
 མི་གྲ། །ཡང་ལྷ་དང་དུག་ཆག་ཆོད་བྱད་བཤད། །ལྷ་སྒྲོག་དམར་དུག་ལ་སྒྲུམ་  
 སེན། །དུང་ཁྱོར་པ་ཆོད་ནས་བྱད། །དག་མིད་པའོ་སོད་ནས་སྒྲ། །ཁམས་  
 མདངས་འདྲེས་པ་བྱ་གཅིག་ཐོབ། །དེ་བཞིན་ལྷ་དང་དུག་མལ་ལ། །བྱ་ཡུན་  
 དཀར་མོ་བྱ་མེད་སེ་སྒོར་ན། །ཐང་དཀར་ཆོད་བྱད་ཡ་རབ་བྱ་སོད་ནས། །ཟླ་  
 དཀར་འདྲེས་པ་བྱ་གཅིག་ཐོབ། །བྱུང་བརྒྱུད་དུལ་མདངས་བྱ་རལ་ལུམ་  
 གསུས་ན། །ཕོ་ལྷ་བྱ་དཀར་ཆོད་ནས་བྱད། །ཡ་རབ་མིང་ཡིག་བྱུང་ལས་དུས་  
 པ་སོད། །ཁམས་མདངས་འདྲེས་པ་བྱ་གཅིག་ཐོབ། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་བྱ་རལ་  
 ལུམ་གསུས་ན། །སྒོམ་ཁྱེར་པ་ལང་ཆོད་ནས་བྱད། །དཔའ་མིང་སོད་ནས་མཆོལ་  
 བྱ་ཐོབ། །རྒྱུ་ལྷ་ཕྱི་བྱར་བག་ཕྱི་བྱ་མེད་ན། །དུང་ཁྱོར་པ་ཆོད་ནས་བྱད།  
 བོན་པོ་སོད་ལ་གྲོ་སྒོར་ཐོབ། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་རུ་སོད་དན་རིགས་ན། །སོ་རོག་  
 བག་པོ་ཆོད་ནས་བྱད། །མི་འགྲུ་ཆ་སོད་ནས་རྟ་བག་ཐོབ། །ལྷ་ལ་མ་ཟེ་གྲུག་  
 མིག་དང་། །མ་ཟེ་གྲུ་ཡི་རྒྱ་མིག་བབ། །དུག་ལ་སྒྲུམ་བྲག་བྱ་རལ་ན། །བསེ་  
 གྲུག་ཆོད་བྱད་བཅན་ལས་དུས་པ་སོད། །རྟ་ཕྱི་སེ་པོ་སྒྲུ་གསུམ་ཐོབ། །ལྷ་ལ་  
 རུ་སོད་ཁ་ལེ་འཕ། །ཡང་ན་རེ་སེ་གྲུ་ནེ་བས། །དུག་ལ་བག་གི་ཕྱི་བྱར་བབས།  
 གྲུ་སྒྲུལ་ཆོད་བྱད་གྲུ་ལས་དུས་པ་སོད། །སྒྲུག་པོ་ན་རྒྱ་འདྲེས་པ་ཐོབ། །བཙ





ལ་རམ་མུད་སྒྱུམ་སྒྱུམ་སྒྲོན་ན། ། ཁྱུ་སྟག་ཚང་བུད་དཔའ་ལས་དྲས་པ་སོད། །  
 ཏྲ་ནི་རག་པ་སྟག་ལག་ཐོབ། ། ཁ་ཟེ་ལྷུང་དམར་ཐང་ལེ་སྟུང་མར་ན། ། འོ་མ་  
 བག་ཚང་བུད་མི་ནག་སོད། ། ཏྲ་ནག་མདངས་འདྲེས་པ་བྱུ་གཅིག་ཐོབ། ། ར་  
 མང་རྩ་མང་སུམ་མཉམ་སྒྲོ་བརྒྱག་ན། ། གཡུ་འབྲུག་ཚང་བུད་མི་ཕོ་གྲགས་ཅན་  
 སོད། ། མགོ་སྒྲོན་འདྲེས་པ་བྱུ་གཅིག་ཐོབ། ། ལྷ་ལ་ཕྱོག་མོ་བྱ་བརྒྱག་དང་། །  
 དུག་ལ་རྩྱུང་གི་རྩྱུང་ཟེ་སྒྲོ་བར་སྒྲོ་བརྒྱག་ན། ། མེད་ཕྱག་ཚང་བུད་གཡེར་ཆེན་  
 ལུ་སོང་ནས། ། མཚལ་རྒྱུད་འདྲེས་པ་བྱུ་གཅིག་ཐོབ། ། སྦྱིར་ལྷར་བརྒྱག་སྒྱུམ་  
 བག་སེ་སྟོད་ན། ། ཕྱག་སྤྲུལ་ཚང་བུད་སྤྲུལ་ལས་དྲས་པ་སོད། ། ཟག་དཀར་འདྲེས་  
 པ་བྱུ་གཅིག་ཐོབ། ། ཁ་ལང་དང་ནི་རྩྱུང་ལྷུང་རྩྱུང་མ་ཟེ། ། བསེ་སྤྲུག་ཚང་བུད་  
 དཔའ་པོ་སོད། ། ཏྲ་མོག་རོ་འདྲེས་པ་བྱུ་གཅིག་ཐོབ། ། སྦྱིན་དེད་བརྒྱག་ཅན་  
 ལི་ཡན་སྒྱུ་བཞིན། ། བྱུད་མོ་གོང་ཅེ་ཚང་ནས་བུད། ། འཕེན་པོའི་བུ་ཆ་སྦྱེན་  
 པ་སོད། ། ཏྲ་བོད་ཁག་ཁྱུང་ནག་པོ་ཐོབ། ། དེ་རྣམས་གང་དང་གང་བབ་ཀྱང་། །  
 མི་འབྱུར་རྟགས་སུ་སྒྲོག་དམར་དགོས། ། འདི་གཅོད་དབྱུང་བྱེད་ཁའི་ཚང་བུད་  
 ཡིན། ། གཞན་རྩལ་རྒྱན་དབྱུང་པར་བྱ་བ་ཡིན། ། བརྒྱད་ལ་སྒྲོག་དམར་མི་བུར་  
 བ། ། ཚང་ནས་བུད་པའི་ཆགས་ཚང་ངེས། ། བརྒྱག་མེད་ཚང་སྒྲོར་འདུག་པ་  
 ཡིན། ། བདུན་ལ་ཚང་རྩྱུ་བྱ་བ་སྦྱུན་ཡིན། ། དེ་ནི་སང་ཆེན་ཚང་བུད་བཤད། །  
**རྩེ་མོ་** འདི་དེ་རོག་དགུ་སངས་སངས་ཞེས་བྱ། ། སྒྲོན་ཡུལ་ཐང་བཀྲར་  
 བབས་ནས་སྤྱ། ། དགུ་ཡང་རྩྱུང་ཅིག་སེ་སྟོད་ན། ། མཁའ་ལ་བྱུང་ཆེན་ཚང་ནས་

བྱད། །འདི་ནི་རྒྱལ་རྒྱུད་སོད་པ་དང་། །རྟ་ནི་བྱུང་འདྲ་ཐོབ་པ་ཡིན།། ~~མཆོད་~~  
འདི་ནི་ཤིང་ཤག་མདའ་བྲི་སངས་ཞེས་བྱ། །རང་སར་བབ་ནས་བྲི་ས་ཆག །  
བྲག་ལས་བདུད་བྱ་ལྷོང་བྲུ་ཆས། །བཙན་པོའི་བུ་སོད་རྟ་ནག་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~  
འདི་ཆར་གང་མདའ་བྲི་སངས་ཀྱི་བྱ། །གངས་དཀར་གངས་དབྱི་སོལ་ཆས། །  
མི་ཡ་རབ་སོད་ནས་རྟ་བྲུ་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~ འདི་མ་རྒྱུད་བྲི་ཐོག་སངས་ཀྱི་བྱ། །  
ཙན་དན་ནགས་ནས་དོམ་བུ་ཆས། །མི་དཔའ་པོ་སོད་ནས་རྟ་ནག་ཐོབ། །  
~~མཆོད་~~ འདི་ད་ལོག་ཤ་བ་སངས་ཞེས་བྱ། །ཉིན་རྩ་རི་རྒྱལ་ནས་རྒྱུང་ཐང་  
ཆས། །བཙན་པོའི་བུ་སོད་གྲོ་པོ་རྩོག་ནག་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~ འདི་སྐྱེར་ནག་མུ་  
རྟ་སངས་ཞེས་བྱ། །བྲག་ནས་བསེ་ཡི་སྒྲུག་ནག་ཆས། །བཙན་པོའི་བུ་སོད་བྲ་  
སྐྱུ་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~ འདི་བྲག་ཆོལ་གཡག་བུ་སངས་ཞེས་བྱ། །སྒྲིན་ནས་གཡུ་  
འབྲུག་ཆར་བུད་ཡིན། །གཡེར་ཙན་བུ་སོད་རྟ་སྒྲོན་རྒྱབ་ནག་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~  
འདི་དམུ་དབལ་རྒྱུང་བུ་སངས་ཞེས་བྱ། །གཙང་པོའི་སྒྲོང་ནས་ཐེ་མ་རྒྱུར་  
མཁུ་གས་ཆས། །མི་ཁར་བ་སོད་ནས་རྟ་ཁམས་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~ འདི་ནག་  
ཤུལ་རྟ་མོ་སངས་ཞེས་བྱ། །ནགས་ནས་རི་བཀྲ་སྒྲུག་མོ་ཆས། །མི་དཔའ་  
སོད་ལོག་རྟ་སྒྲུག་བཀྲ་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~ འདི་སོ་སྒྲེར་དུག་བཞེས་སངས་ཅས་བྱ།།  
གངས་རིའི་ཐེམ་ནས་གསའ་ནག་མིག་སེར་ཆས། །བཙན་པོའི་བུ་སོད་རྟ་ནི་  
གྲོ་པོ་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~ འདི་མུ་ས་ལ་རྟོད་སངས་ཞེས་བྱ། །ཤེལ་བྲག་ནས་ཐོ་  
ལོག་ནག་པོ་ཆས། །པོན་པོའི་བུ་སོད་རྟ་ནག་ཐོབ།། ~~མཆོད་~~ འདི་བྱ་ཡུན་

གཡལ་ག་ཏ་སངས་ཞེས་བྱ། །གཡུ་མཚོའི་ངང་པ་སེར་པོ་ཆས། །བརྟེའི་བྱ་སོད་  
 ངང་པ་ཐོབ། །འདི་ཀླུ་དོ་མར་སྒྲེ་སངས་ཞེས་བྱ། །ཉིན་གདམ་ནང་ནས་སྐྱལ་  
 བྱ་ཆས། །མི་ཞེན་གསོད་ནས་མོག་རོ་ཐོབ། །~~ཏྲ~~ འདི་ཅེ་ར་ཀླུ་བྱི་སངས་  
 ཞེས་བྱ། །ཉིན་དོ་བཅེགས་དྲུང་ནས་རྒྱ་པོང་ཆས། །ཁྲད་པོ་སོད་ནས་བྱ་གཏིལ་  
 ཐོབ། །~~ཏྲ~~ འདི་ལྷོག་ཁྱིམ་འོལ་བརྒྱད་སངས་ཞེས་བྱ། །གཡལ་འེ་ནས་  
 གཡལ་འབྲུ་གོང་མོ་ཆས། །གོང་མོ་འདྲ་བའི་མི་ཟེན་ནས། །སྒྲིག་པ་འདྲ་བའི་རྩ་  
 ཐོབ་ཡིན། །~~ཏྲ~~ འདི་སྒྲུང་ཆེན་ངམ་རྒྱུང་སངས་ཞེས་བྱ། །རྩལ་ལྷགས་རི་  
 བས་དྲེད་མོང་རལ་ཆེན་ཆས། །མི་སོད་ཁམ་པ་དོག་རིང་ཐོབ། །སངས་ཆེན་  
 དེ་རྣམས་བརྒྱད་ལ་བབས། །དགུ་ལ་སེ་སྟོད་བབ་ན་ངེས། །རང་ས་མི་འགྱུར་  
 རྟགས་སྟེན། །དམུ་དག་དྲུང་གིང་དཀར་པོ་དགོས། །བཅུ་གཅིག་དམུ་དག་དྲུང་  
 གིང་ན། །སངས་ཆེན་ཆང་ནས་བྱད་པ་ཡིན། །བཅུ་གཅིག་དམུ་དག་བརྒྱག་  
 མེད་ཆང་སྒྲོར་འདུག །བཅུ་ལ་དམུ་དག་བརྒྱག་ཅན་ན། །ཆང་དུ་བྱུ་བྱུ་བསྟན་  
 པ་ཡིན། །དེ་བརྒྱད་དར་དགུ་ཆག་ཆང་བྱད་ཡིན། །བརྟེས་ན་ངན་པའི་ངོ་ཡིན་  
 པས། །ཁྱིམ་སར་བབ་ན་དྲམ་བཤོལ། །བྱེས་སྐད་ག་བྱུང་སྒྲོལ་བྱ། །ད་བྲག་  
 ཆེན་ཆང་བྱད་དབྱེད་པ་ལ། །~~ཏྲ~~ ལྷ་མི་མགོན་དཀར་པོའི་སྒྲུ་མདུད་འདི། །  
 ལྷ་ལ་འདི་བས་བརྒྱད་ལ་ལི་ཡན་ན། །མི་མགོན་དཀར་པོ་ཆང་ནས་བྱད། །  
 ལུལ་ཆེན་གྲུ་གྲུ་གནངས་སྟེ་ཐོབ། །དཀར་ནག་དམར་གསུམ་མོ་རྫོང་དང་། །  
 སྟེང་དང་ལྷ་ཁ་ཐོབ་པ་ཡིན། །~~ཏྲ~~ འདི་ཡེ་གཤིན་དབང་རྫོགས་སྒྲ་དེ་ཡིན། །

ལྷ་ལ་འདི་བབ་བརྒྱད་ལ་ལི་ཡན་ན། །ཡེ་གཤེན་དབང་རྫོགས་ཆང་ནས་བྱད། །  
དམེ་མུག་ནལ་གསུམ་ཡོད་པའི་མི་གཅིག་སོད། །གྲགས་ལོག་རྟ་བྱིམ་གཞིས་  
ཐོབ། །~~ཆ~~ འདི་ལྷ་བབ་བརྒྱད་ལ་ལི་ཡན་ན། །དྲུང་སེང་ཆང་བྱད་གཙོ་  
བོ་སོད། །གཡང་དཀར་ལུག་དེ་ཐོབ་ངོ་ཡིན། །དེ་བཞིན་ལྷ་བརྒྱད་འགྲེས་སྦྱར་  
ནས། །~~ཆ~~ ཐང་དཀར་ཆང་བྱད་མ་རབ་སོད། །མདོ་རིས་ཅན་གྱི་རྟ་ཐོབ་  
ངོ་། །~~ཆ~~ འདི་གཡུ་འབུག་ཆང་ནས་བྱད་པ་ཡིན། །གྲགས་ཅན་སོད་  
ནས་མིང་ཅན་ཐོབ། །~~ཆ~~ འདི་བྱ་ནག་ཆང་ནས་བྱད་པ་ཡིན། །མགར་  
བ་སོད་ནས་བོང་དེལ་ཐོབ། །~~ཆ~~ འདི་སེང་དཀར་ཆང་ནས་བྱད་པ་ཡིན། །  
མི་དབང་ཆེན་སོད་ནས་དབང་བེར་ཐོབ། །~~ཆ~~ འདི་དཔལ་གྱི་སྤང་ཆེན་  
ཆང་ནས་བྱད། །འཕན་བོ་སོད་ནས་གནག་བྱུ་སྤང་འདྲེས་ཐོབ། །~~ཆ~~  
འདི་དྲེད་མོང་རལ་ཆེན་ཆང་ནས་བྱད། །དཔའ་བོ་སོད་ནས་རྩོན་བོ་ཐོབ། །  
~~ཆ~~ འདི་གངས་དབྱི་ཆང་ནས་བྱད་པ་ཡིན། །དག་མ་རབ་ལ་ཡོགས་མུ་  
བ་སོད། །ཁབ་མིང་ཆེན་ཐོབ་པའི་ངོ་རྩལ་གྲང། །~~ཆ~~ འདི་གང་དབྱི་  
དཀར་མོ་ཆང་ནས་བྱད། །ཁོ་ངོ་ལྷ་སོད་ཁབ་ཅན་བཟུ། །~~ཆ~~ འདི་ཕོ་  
རོག་ནག་བོ་ཆང་ནས་བྱད། །དག་བོན་བོ་སོད་ནས་རལ་གྱི་ཐོབ། །~~ཆ~~  
འདི་བསེ་ཡི་སྤྲུག་ནག་ཆང་ནས་བྱད། །མ་རུམ་བྱ་སོད་གཡུ་བྱད་ཐོབ། །  
~~ཆ~~ འདི་གཤེན་རྩེ་དགུ་རྫོགས་ཆང་ནས་བྱད། །དག་སྦྱོན་ལྷའི་  
ཐོ་བོ་སོད་པ་ཡིན། །ཤུབས་དམར་མགོ་ལ་མདངས་ཡོད་ཐོབ། །~~ཆ~~

རེ་ཏེ་མགོ་ཡག་ཚང་ནས་བྱད། །སྒྲུབ་གསུམ་པ་ཡི་རྩ་བོ་སོང། །མིང་བོ་གཉིས་  
 གྱི་སྒྲིང་མོ་ཐོབ། ། འདི་བཅན་ཡ་བ་རྒྱ་གཅིག་ཚང་ནས་བྱད། །  
 བཅན་བོའི་བྱ་སོད་བསེ་བྱུབས་ཅན་དེ་ཐོབ། ། འདི་ཐུང་སྒྲི་མགོ་  
 དམར་ཚང་ནས་བྱད། །མི་གསུམ་སོད་ནས་དཀར་དམར་ནག་གསུམ་ཐོབ། །  
 བྲག་ཆེན་འདི་རྒྱམས་ལྷ་ལ་བབ། །བརྒྱད་ལི་ཡན་བབ་ན་ཚང་བྱད་ཡིན། །  
 འདི་རྒྱམས་གཅོད་དབྱེད་ཕྱེ་ཁའི་ཚང་བྱད་སང་བྲག་འདི་རིགས་མདུད་བརྩེད་མི་དག་པས་  
 སྒར་བརྟན་ཡིན། །གཞན་དུ་དབྱུང་བ་མ་ལགས་སོ། །

འདི་རྒྱམས་གང་དང་གང་བབ་ཀྱང་། །རང་ས་མི་འགྱུར་བ་ཡི་དྲགས། །བྱ་བྱར་  
 གསེར་ཐིག་རང་སར་དགོས། །དེ་ཡང་བརྩ་གཅིག་བྱ་བྱར་གསེར་ཐིག་ན། །  
 བྲག་ཆེན་ཚང་ནས་བྱད་པ་ཡིན། །བརྒྱག་མེད་ཚང་སྒྲོར་འདུག་པ་ཡིན། །བརྩ་  
 ལ་བྱ་བྱར་བརྒྱག་ཅན་ན། །ཚང་དུ་བྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། །སྒྲིགས་མ་གང་བབ་  
 ཚང་བྱུལ་ཡིན། །ལར་བྱ་བྱར་བརྒྱག་ཅན་དུང་ཕོ་ཨ་གྲགས་འདི། །རིན་ཆེན་  
 བྲག་གི་གཞོང་དོ་ཡིན། །ནག་པོ་བྲག་གི་སྒོ་མདའ་ཡིན། །གྲི་གིང་ཅེ་མོའི་ག་  
 ཟུང་ཡིན། །འབྲུལ་ཞགས་སྒྲ་ཡི་ཨ་ལོང་ཡིན། །ལར་བཏབ་མི་ཟེན་གཅིག་  
 ཀྱང་མེད། །ཟིན་ན་མི་ཐུབ་གང་ཡང་མེད། །འདིས་ཀྱང་མི་ཐུབ་ལན་འགའ་  
 ཡོད། །སྒྲག་རྒྱུང་བའི་འཕང་མདུང་དེ། །ཚང་བྱད་བྱས་ནས་པར་ལ་ཐལ། །  
 ལན་དུ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན། །སྒྲི་སེར་རྒྱུང་གི་དད་བདེ། །གང་སེབས་སེ་བྱས་  
 བས་པར་ལ་ཐལ། །ལན་དུ་སྒྲིན་དིང་བབ་ན་ཡིན། །དུང་སེང་དཀར་མོའི་གཡུ་

[illegible]

གང་པ་མིག་དམར་འདུས། རྒྱུར་ལུན་ར་བརྒྱུག་མ་རྒྱུད་བྱོད་ལུར་ན། །ལྷགས་  
 ཁའི་ཆང་སྒོར་བྱེའུ་རྒྱུད་ལྷོག་ག་འདུས། །བྱ་ལུར་གསེར་ཐིག་རྒྱུད་གི་སྒྲུམ་མཉམ་  
 བ། །མོང་ཅེའི་ཆང་སྒོར་བྱི་བ་མ་སྒྲུད་འདུས། །རུ་སྒོད་དཔལ་དར་བྱ་མེད་སེ་  
 རྟོད་ན། །པོ་རོག་ཆང་སྒོར་ལྷག་པ་མིག་སེར་འདུས། །ཁ་ཆོ་ལྷ་རྒྱལ་སྒོ་བར་  
 སྒོ་བརྒྱུག་ན། །འབྲུ་སྒྲུར་སྒྲུམ་ཆང་སྒྲུ་རུ་རོག་པོ་འདུས། །རུ་སྒོད་ཁ་ལེ་སྒོ་ཆོ་  
 སྒྲུ་ཆོད་ན། །འབྲོང་བྱ་ཉལ་བར་རྒྱུད་གི་སེ་རྒྱུ་བྱས། །བརྒྱུད་ལ་སྒྲུམ་མཉམ་  
 སྒྲུམ་སང་དང་། །དགུ་ལ་བྱོད་ལུར་སྒྲིང་ཞོན་ན། །སྒྲུང་ཐང་ཉལ་བ་ལྷག་གིས་  
 བསྒྲུང་། །སྒྲོག་དམར་ལྷི་ལུར་བག་ལྷི་ན། །ཟུན་འཕར་བ་ཉལ་བར་ར་ཡིས་  
 བརྒྱུང་། །ཁ་ལང་ཆེན་མོ་སེ་རྟོད་ན། །འབྲུག་ཆང་སྒོར་སེམས་ཅན་ཆོ་ཟད་འོང་། །  
 རྒྱུད་ལེ་པོ་བྱ་མེད་སེ་རྟོད་ན། །སྒོ་མོང་ཆང་སྒོར་བྲ་བ་འདུས། །དབྱལ་གྱོད་དུན་  
 ཅོ་བག་ལྷི་ཞོན་པ་ཅན། །དུང་སྒྲུང་ཆང་སྒོར་ར་མ་འདུས། །ཆང་འདུས་འདི་  
 རྣམས་བབ་བ་ན། །བཅན་པོའི་བྱ་ལོན་ཉལ་ནས་སྒྲེ་བ་བཞིན། །རྒྱུར་ལ་འོང་  
 བའི་དག་ཐུབ་ཡིན། །བརྒྱུས་ནས་ལར་ལ་དག་ཆང་སྒོར་རུ་འདུས། །མཆོར་དང་  
 རྒྱུང་ས་སྒོ་བར་གཅེས། །གཞན་ཡང་བརྒྱུད་གྱི་ཁས་དྲག་དང་། །དེ་དེས་ཐུབ་  
 ཐང་མོ་བན་རིགས། །དགུ་ལ་བབ་ན་དེ་བཞིན་དབྱུང་། །དེ་ཆང་མའི་མགོན་  
 སྒོ་དབྱུང་། །གཅིག་གི་ཁ་ལང་གཉིས་སྒྲུམ་མཉམ། །གསྒྲུམ་ལ་ལྷི་ལུར་བབ་  
 བ་ན། །དབྱི་སྒྲུང་གཉིས་གྱི་མགོན་སྒོ་བྱེ། །སྒོན་པས་ངམ་ལ་རྟག་ལུ་ཐོབ། །  
 ཟ་མ་གསྒྲུམ་ན་ཆར་ན་ཡིན། །གཉིལ་ཟེན་གཤེན་ལོན་པ་ཡིན། །ཤར་གྱི་



མགོན་སྒོ་འཁྱེད་ཀྱི་ཕྱི་དུང་། བཞི་ལ་བྱ་ཡུན་ལིང་ཀུན་དང་། ཁྱི་བུར་ལྷ་ལ་བྱོད་  
 སུར་བབས། འཕག་ལ་ཆོལ་ཆོལ་བྱ་བཀྱག་ན། བྱ་ལི་མགོན་སྒོ་བྱིལ་ལ་ཕྱེ།  
 ལྷོ་ལི་མགོན་སྒོ་བྱང་དུ་ཕྱེས། ཁོར་སྒྲ་ཅི་འདོད་ཐོབ་པ་ཡིན། བརྒྱད་ལ་ཆོལ་  
 ཆོད་གྲུ་སྒྲེར་སྒྲེད། བརྒྱ་ལ་ཁྱུང་བརྒྱད་མདོད་བུན། བྱ་ལི་མགོན་སྒོ་ཉ་  
 ལ་ཕྱེ། ཉ་ཆོང་ནང་དུ་ལག་པ་ཚུད། འཁྱེད་ཀྱི་མགོན་སྒོ་ཤར་དུ་དུ། བརྒྱ་  
 ལ་ལ་ཁད་བརྒྱ་གཉིས་བྱ་རལ་དང་། བརྒྱ་གཉིས་ཁྱུང་བརྒྱད་མཚལ་ཐིག་ན།  
 ལྷག་གི་མགོན་སྒོ་ཉ་ལ་ཕྱེ། ཁོར་དང་གོ་ས་ཇི་འདོད་ཐོབ། བྱང་གི་མགོན་སྒོ་  
 ལྷོ་དུ་དུ། ཡང་གཉིས་ལ་བྱ་ཡུན་ལིང་ཀུན་དཀར། གཉིས་ལ་ཆོལ་ཆོལ་གསུམ་  
 པ་ལ། ཁྱིང་གི་ལི་བྱིན་དཀར་མོན། སྒྲེས་ཡོད་དཀར་ཅན་གྱི་མགོན་སྒོ་ཕྱེ།  
 ཞིབ་དཀར་པོ་བྱས་པ་ན། གནང་ནོར་བཞི་བརྒྱ་ཅན་གསུམ་ཐོབ། གཉིས་ལ་ལྷ་  
 ལྷ་གཉིས་ལ་སྒྲུམ་མཉམ་དང་། གསུམ་ལ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོན། ཁྱི་གཉན་  
 དུ་མ་ཡག་པ་ཡིན། ཤར་དུ་མགོན་སྒོ་ཕྱེ་བ་ཡིན། ཟ་མ་གསུམ་ནས་ཆེ་རེ་  
 བ། མི་ཆུན་མགོ་སེ་སོད་པ་ཡིན། གཉིས་ལ་བྱ་ཡུན་གཡས་བརྒྱག་དང་།  
 གཉིས་ལ་སྒོ་ཆོག་གསུམ་ཁྱི་བུར། ཤར་དུ་མགོན་སྒོ་ཕྱེས་པ་ཡིན། སྒྲུ་སྒྲུར་དང་  
 བེ་མཚལ་བུ་ཐོབ། བཞི་ལྷོ་བུར་ལྷ་ལ་ན་འབན་དང་། འཕག་ཆོལ་ཆོལ་ལྷོ་  
 མགོན་སྒོ་ཁྱུང་ལ་བྱས། ལྷོ་ལིས་ཁྱུང་གི་སྒོ་དུ་བཅག ཟ་མ་ལྷ་ནས་ཆེ་རེ་  
 ཡིན། ཁྱིང་བཅོམ་རྟ་ཁྱུ་ཐོབ་པ་ཡིན། བཞི་ལི་ཁ་ལང་དང་དཀར་ཐོག ལྷ་  
 དུ་སོད་འཕག་གི་ཆོལ་ཆོན། ལྷོ་ལོ་འདྲ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ཐོབ། བཞི་ལ་ལྷ་ཟེ



ལྷ་རུ་སོད། །རྟུག་ལ་ཨ་ཁད་གཡུང་རྩུང་ན། །སྟག་གཡག་གཉིས་ཀྱི་མགོན་  
 སྒོ་བྱས། །ཆེ་བཅུན་དང་འཕྲད་ཡ་རབ་ཟེན། །མཆེལ་ལུའི་རྟ་ཐོབ་མཁར་ཁོར་  
 སེལ། །ཐ་མར་ཤག་ཤིག་འབྲུགས་པ་བྱུང། །བརྒྱད་ཀྱི་རང་སྟན་དགུ་སོ་ཡོན། །  
 བརྩལ་ཨ་ཁད་གཡུང་རྩུང་ན། །ལྷ་ཡི་མགོན་སྒོ་སྟོན་ལ་བྱེ། །དགུ་ཡི་དོན་སྟོང་  
 བཅུ་ལྷ་ཐོབ། །ཟ་མ་དགུ་ནས་ཆ་རར་ན། །བརྒྱད་ཀྱི་རུ་སོད་དགུ་ཁྱུང་བརྒྱད། །  
 བརྩལ་ཆོལ་ཆེ་རུབ་སྒོ་བྱེ། །དམར་མགོ་ཁྱུང་འདྲེས་པའི་རྟ་དགུ་ཐོབ། །བརྒྱད་  
 ལ་མ་ཆོ་ལྷ་རྒྱལ་དང་། །དགུ་ལ་སྒོ་བར་སྒོ་བརྒྱག་དང་། །བརྩལ་ཨ་ཁད་  
 གཡུང་རྩུང་ན། །སྟོན་པའི་མགོན་སྒོ་རམ་ལ་བྱེ། །དགུ་སོད་ཁོར་ཐོབ་འོང་ངོ་  
 ཡིན། །ཡང་རུ་སོད་གསུམ་བསྟུང་དགུའི་ཆོལ་ཆེ། །ལྷ་ཡི་མགོན་སྒོ་བདུད་ལ་  
 བྱེ། །ཟ་མ་དགུ་ན་ཆ་རར་ཁོ། །སྟོན་དེང་གསུམ་བསྟུང་དགུ་ཆོལ་ཆེ། །ཀྱིབ་  
 ཆེན་འདུས་ནས་ཆ་རར་ཡིན། །བྱང་རུ་མགོན་སྒོ་བྱེ་བ་ཡིན། །ལྷ་ར་ཟེ་གསུམ་  
 བསྟུང་དགུ་ཆོལ་ཆེ། །བྱང་རུ་སྒོ་བྱེ་རྟ་ཐོབ་ངོ། །བྱ་ལུར་གསུམ་བསྟུང་དགུ་  
 ཆོལ་ཆེ། །དམར་པོ་ཁྱུ་གཅིག་ཐོབ་པ་ཡིན། །རུ་སོད་གསུམ་བསྟུང་དགུ་ཆོལ་  
 ཆེ། །མཛོད་དང་གཡག་ཁེ་ཐོབ་ངོ་ཡིན། །བྱིད་ལུར་བྱ་ཡུན་གསུམ་བསྟུང་དགུའི་  
 ཆོལ་ཆེ། །ཁྲ་ཁྲ་འདྲེས་པ་ཁྱུ་གཅིག་ཐོབ། །ན་འབན་གསུམ་བསྟུང་དགུའི་ཆོལ་  
 ཆེ། །རྟ་ཁྱུ་ལུར་རྟ་ཐོབ་པ་ཡིན། །ལི་ཡན་གསུམ་བསྟུང་དགུའི་ཆོལ་ཆེ། །ལི་  
 ཡན་གཡུང་རུ་སྟུར་བ་སྟེ། །དགུ་མེད་ཁོར་གྱི་ཡལ་རུ་བྱེན། །བཞི་ཡི་ཁ་ལེ་གཉིས་  
 ཀྱི་སྒྲུལ། །གསུམ་ཆོལ་ཆེ་ལུང་ལུ་ཐང་སྒྲུལ་ནས། །སྒྲ་ལྷེས་ཆུ་རྟེན་ཆ་ཁད་མིང་

གསུམ་མོད། རྩོད་པའི་དོན་དེ་ཐོ་རངས་འབྲུབ། རྟེན་ལྟར་མགོན་སྒོ་དབྱུང་  
པ་ཡང་། མགོན་མོའི་བྱིན་ལེན་སྐབས་ལྟར་དབྱུང། རང་ས་བཟང་ཁིང་བྱི་  
ས་ན། རྟེན་ཡི་སྤྱབ་ཐང་བབ་བའམ། ཡང་ན་ངན་པའི་སྡེ་རིགས་བབ། རྟོན་  
ས་བཟང་པོ་གང་བབ་ཀྱང་། མགོན་སྒོ་བྱེ་ཁིང་བྱིན་ལེན་འཕྲོད། ཡང་གཅིག་  
དག་སྤྱ་གཟན་སྤྱད་བཤད། གཅིག་གི་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་འདི། བེར་མ་རྒྱ་སྟག་  
དམར་པོ་ཡིན། འདི་ལ་གཟན་གཅིག་ཡོད་པ་དེ། བྱང་གི་འབྲོང་བུ་རྩོན་  
ཡིན། བརྩ་གཅིག་རྩ་སོད་ཁ་ལེན། རྒྱ་སྟག་གཟན་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། ར་  
རེས་འདོད་པའི་མི་གཅིག་ཟེན། ར་རེས་འདོད་པའི་རྟ་གཅིག་ཟེན། རམར་  
པོ་ཅན་དེ་མ་བཏང་དང་། རེ་ནི་ལོར་གྱི་སྤྲོད་པོ་ཡིན། རེ་བཞིན་གཅིག་དང་  
བརྩ་གཅིག་ལ། བབ་ལྷགས་གཞན་ལ་ཁ་བརྒྱར་ཏེ། སྤུམ་མཉམ་སྤྱག་མོ་  
ཆོལ་ཆེ་ལྷག་གྱུ་ན། རི་རྒྱུང་ལྷག་གི་གཟན་དང་འཕྲད་པ་ཡིན། བློ་ག་དམར་  
བག་ཁྱིའམ་སྤུམ་གྱི་མ་ཟེ་བརྒྱག་ འཕར་བ་དམར་པོ་ར་ཡི་གཟན་དང་འཕྲད།  
སྐང་སྐར་དུང་སྒོང་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། སྐང་ཐང་སྒོན་པོ་སྟག་གི་གཟན་དང་  
འཕྲད། བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་ནག་རྩུང་ཟལ་ཟལ་ན། སྤམ་བུ་མགོ་དཀར་ཉ་  
ཡི་གཟན་དང་འཕྲད། སྦྱིར་བྱ་དཀར་མོ་བྱོད་བུར་བབ་པ་ན། བེ་ལེ་དཀར་  
ཆེན་བྱ་བའི་གཟན་དང་འཕྲད། ཡེ་སྟོད་ཅི་ལི་དང་ནི་ན་འབན་ན། མི་བྱེད་  
ངོ་དམར་གྲོག་མའི་གཟན་དང་འཕྲད། བྱ་རལ་རིན་ཆེན་སྤུ་ས་དེལ་དཀར་  
ན། རྟེན་མཁྱེན་སྦྱིན་ལུ་མོའི་གཟན་དང་འཕྲད། བྱུང་བརྒྱུང་སྤྱག་ཐོག་དམར་

ཐོག་སེལྟོད་ན། །ཁྱུང་ཆེན་གྱི་ཡི་གཟན་དང་འབྲུད། །མུ་ས་བྱ་ཡུན་རྫོང་གི་སྤངས་  
 ཟེན། །པ་སེ་གྲུག་ཆེན་པོ་གཟན་དང་འབྲུད། །བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་དཀར་ཐོག་  
 ཏུང་ཁྱུང་དང་། །རུ་སྟོད་ཁ་ལེ་སྒྲུམ་བྲག་ཆོལ་ཆོལ་འབྲོང་། །ཆོལ་ཆོལ་ཁྱུང་ལྷི་བུར་  
 ཤིང་རྩེ་འབར་བ་དང་། །པ་ཆལ་རམ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་སྤུམ་དམར། །སྒྲུམ་  
 ཁྱུང་བུམ་བ་སྒྲུམ་བུ་ཆོལ་ཆོལ་ཉ་མོ་དང་། །རུ་སྟོད་ཁ་ལེ་སྒྲོ་ཆོལ་མོ་དང་བུ་ནི། །ཤེར་  
 མ་འབྲོང་བུ་དར་མ་གཟན་སྤངས་སོགས། །གཞན་ལའང་ཐུབ་ཐང་དང་སྒྱུར་  
 རིགས་བསྐྱེས་ལ། །དག་ཐུབ་ནོར་ཐོབ་མདུད་པ་ཤེས་པར་བྱ། །གཞན་ལང་  
 གཅིག་གི་བབ་ལུགས་ལས། །ཁོར་གྱི་གངས་དང་དོ་བོ་དང་། །བརྩུག་ཅིག་ཐོབ་  
 དང་མི་ཐོབ་དབྱུད། །བརྩུག་ཅིག་བརྩུག་ཉིས་དབྱུད་པ་ལས། །ཡེ་ངམ་དྲ་མ་  
 ལེགས་ཉིས་དང་། །གཅིག་བརྒྱད་ལེགས་པར་བརྩུག་ཅིག་གིས། །སྒྲོ་བབ་  
 ཐོག་བཤལ་འབྱུང་རྩྱལ་དང་། །བདུན་བརྩུག་ཉིན་སྤིབ་དབྱུད་ལས་ནི། །ཐུག་  
 སྤངས་ཐར་རྩྱུར་མཐོང་བའི་དབྱུད། །དེའི་རྒྱལ་པ་མ་བརྩུག་ཅིག་དབྱུད་པ་དང་། །  
 རང་སའི་ཉིང་རྩྱུད་དབྱུད་པ་སོགས། །ཤིན་རྩྱུ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ། །མོ་དབྱུད་  
 གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱ། །ཁ་པར་གྱུ་རྩྱུར་གྱུ་བཤད་པ་ན། །ཁས་དྲག་ཐམས་  
 ཅད་ལེན་མི་ཡིན། །ཁས་དམན་ཐམས་ཅད་སྦྱིན་མི་ཡིན། །གཡས་བརྒྱུག་ལེན་  
 མི་གཡོན་བརྒྱུག་སྦྱིན། །མ་བརྒྱུག་སྦྱིན་མི་བུ་བརྒྱུག་ལེན། །སྒྲོ་བརྒྱུག་སྦྱིན་མི་  
 ཐུག་བརྒྱུག་ལེན། །ནག་རིགས་སྦྱིན་མི་དཀར་རིགས་ལེན། །དཔའ་བོ་ཐང་  
 ཆེན་ལེན་མི་དང་། །བུར་པོ་སྤྲ་ནག་སྦྱིན་མི་ཡིན། །སྒྲོ་བྲག་སྦྱིན་མི་སོ་བྲག་

ལེན། །སང་ཐུན་སྤྱིན་མི་སང་ཆེན་ལེན། །སྤྱོད་སང་སྤྱིན་མི་སོ་སངས་ལེན། །  
སྤྱིན་མི་ཐམས་ཅད་ཕྱི་སང་དགོས། །ལེན་མི་ཐམས་ཅད་རང་སང་དགོས། །  
ཐེང་མ་རང་སང་སེ་སྟོད་ཕྱི་སང་དགོས། །སྤྱིན་དེང་རང་ས་བྱ་རལ་ཕྱི་སང་  
དགོས། །གལ་བར་རང་ས་རྩ་སྟོད་ཕྱི་སང་དགོས། །ཆོལ་ཆེ་རང་ས་གྲོད་དེ་ཕྱི་  
སང་དགོས། །སང་རིགས་རང་ས་སྟོ་བྲག་ཕྱི་སང་དགོས། །དེ་ལྟར་བབ་ན་ཅ་  
ཁ་པར་ལ་གཏད། །བརྟེན་ན་དགལ་ཡི་ཅ་ཁ་རྩུར་ལ་གྱུ། །བཟང་པོ་རང་ས་ནས་  
ནི་ཕྱི་སང་སོང་། །གྲུ་གྲུ་བྱས་པ་རན་པ་ཡིན། །རང་སང་ལམོར་ན་རྩུར་ལོན་  
ཡིན། །བསྟར་ནས་ལན་ལད་རྒྱལ་ལོག་ཡིན། །སྤྲད་དུ་བཅོན་ཀྱང་མོ་སྟོད་དུ། །  
སྤྱིར་གྱིས་བཅད་ན་ལད་པ་ཡིན། །ལན་རན་པས་བསྟར་ན་ལད་པ་ཡིན། །  
 འདི་གསུམ་དཔལ་འབྱོར་ཐང་ཆེན་ཡིན། །  
 འདི་གསུམ་བྱུར་པོ་སྣ་ནག་ཡིན། །མདུང་  
ཅེ་བ་དཔལ་འབྱོར་ཐང་ཆེན་ཡིན། །འགར་འགོ་བྱུར་པོ་སྣ་ནག་ཡིན། །ཐང་  
ཆེན་ཅེ་མོ་སྐ་ཆོར་སོང་བ་དང་། །བྱ་ཡན་སོང་ན་ཁས་དྲག་ཡིན། །ལྷ་སར་  
སོང་ན་ཁས་ཞན་ཡིན། །བྱུར་སྣ་ནག་ལ་དཔལ་འབྱོར་བྲག་གསུམ་ཡོད། །དཔལ་  
འབྱོར་གྱི་ཁས་དྲག་ཡིན། །ལྷ་མོ་བྲག་གི་ཁས་དམན་ཡིན། །སྤྱིར་སོ་བྲག་  
ནག་པོ་འཁེལ་ཆེན་ཡིན། །སྤྱོད་བྲག་དཀར་པོ་ལ་སེ་ཡིན། །སོ་བྲག་སྤྱོད་བྲག་  
འདྲེས་པ་དང་། །ཐང་ཆེན་སྣ་ནག་འདྲེས་པ་ན། །ཐེང་མ་རེ་འབུམས་འདྲེས་  
པ་ཡིན། །དེ་ཡི་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། །བྲག་གི་རྩི་ལྟ་ལྟར་དགོས། །

དབྱིག་རིགས་ཁ་སྒྲོད་བཅོ་བརྒྱད་དང་། དཔལ་དོ་བྲག་རྣམས་འདྲེས་པ་ན། །  
 དབྱིག་དང་དཔལ་དོ་འདྲེས་པ་ཡིན། །བརྒྱུག་སྐྱམ་རྩི་ཕྱར་སངས་གཅིག་དགོས། །  
 ཡང་སངས་ལ་དཔལ་སྣར་མཛེངས་གསུམ་ཡོད། །སྒོ་སངས་ཐམས་ཅད་དཔལ་  
 བོ་ཡིན། །སྒོ་སངས་ཐམས་ཅད་མཛེངས་པ་ཡིན། །སངས་སྒོ་བརྒྱུག་ཐམས་  
 ཅད་སྣར་མ་ཡིན། །སངས་ལ་རྒྱལ་སྒྲོན་འབངས་གསུམ་ཡོད། །ཡ་རབ་མ་རབ་  
 དཀར་ནག་ཡོད། །སངས་ཆེན་སྐྱམ་རྩ་རྩ་དགྲུ་ཡོད། །ཁ་ཡེ་སངས་དང་བཞི་  
 བརྒྱ་ཡོད། །དཔེ་ནི་ཐང་དཀར་རྒྱོད་དང་འདྲ། །ཁོད་རི་མིན་པར་མི་ལྟང་དོ། །  
 སངས་ཆེན་རང་སའི་བཅོན་སར་དགོས། །སེ་སྒྲོད་ནག་པོ་ཕྱི་སར་དགོས། །  
 སངས་ཕན་ཉི་ཤུ་རྩ་བརྒྱད་ཡོད། །དུན་དུན་སངས་དང་རྩ་དགྲུ་ཡོད། །སངས་  
 ཕན་དཔེ་ནི་སྒྲུང་བྲུ་འདྲ། །ཤ་རུལ་མིན་པར་མི་འབབ་པོ། །སངས་ཕན་རྣམས་  
 བེ་རང་སར་དགོས། །སེ་སྒྲོད་རྒྱ་སྒྲུང་ཕྱི་སར་དགོས། །ཁེར་མ་གླེ་རིང་རེ་  
 འབྲམས་གསུམ། །དབྱིག་དང་དཔལ་དོ་མགར་ཆང་གསུམ། །བྲ་བྲུང་རུས་སྐལ་  
 སུར་ཐོག་གསུམ། །ཆང་བྲ་དེ་གསུམ་རང་སར་བབས། །ཕྱི་སར་ཆག་ན་དགྲ་  
 བོ་སོད། །ཕྱི་ནང་ཕྱག་རྩེ་མ་ལོར་དབྱུད། །དེ་ལྟར་ཆང་བྲུང་ཆང་འདུས་  
 དང་། །ཕྱི་ནང་རྒྱལ་པོས་ཤེས་བྱས་ནས། །ད་ནི་གདོང་བསྒྲོག་རིགས་  
 རྣམས་བཤད། །ཆས་ལ་ཁད་ཀྱི་རྟིང་ལྷེ་མ་ལ། །གཅིག་སྒྲེར་གཉིས་ཀྱི་  
 སྒྲོག་དམར་ལྷི་སུར་ན། །ལྷགས་ཁྱ་ཆས་པ་འོལ་བས་བཤོལ། །ཆས་ལ་ཁད་  
 ཀྱི་གཏིང་ལྷེ་མ་ཡིན། །དེ་བཞིན་གཅིག་དང་གཉིས་ལ་ནི། །ལི་ཡན་རྟུང་སྐར་

དབྱིད་ཀར་གྲུམ་པས་བཤོལ། །སེཾློད་བྱོད་ཕུར་མ་བྱིམ་སོ། །རྒྱུང་མའི་རུམ་  
དུག་ཉིད་བཡིན། །སེཾློད་དང་ནི་རང་སྟན་ན། །བྱོམ་སྒྲུ་མའི་གར་ལ་གཡེང་། །  
དང་མ་ལི་བྱིན་ཤ་ཕོ་གདོས་ལ་ཐོག་ས། །སེཾློན་སྟོབར་གྱི་ལིང་འདོམ་ལ་ཐུག།  
བྱ་ཡུན་བྱ་མེད་དང་བ་གཤོག་བ་ཆད། །བྱ་རལ་བྱུང་བརྒྱད་དུང་བྱུང་རྒྱུང་བ་  
ཆག །ཐང་ལེ་ཐུ་ས་སྒྲག་མོ་བྱི་ཐེར་འདྲེད། །བྱ་རལ་ཨ་ཁད་སྟག་མོ་ཆང་ལ་  
ཉལ། །འོང་དང་སྒྲུམ་མཉམ་སྒྲུང་མོ་གདོང་ལ་བརྒྱས། །བྱོད་ཕུར་རུ་སོད་འཕྲང་  
བུ་ཐུས་ཞེན། །ཡང་ལྷང་ཆོལ་ཆེ་སྒྲུང་པའི་བེ་རག་གཡུག །འདི་རྣམས་ཆས་  
ལ་ཁད་གྱི་གཏིང་ལྡེབ་ཡིན། །རྒྱག་ལ་ཁད་གྱི་གདོང་ལྷག་ལ། །ལྷ་ལ་སྟོག་  
དམར་ལྷི་ཕུར་དང། །དུག་ལ་གར་བར་ཐོད་དཀར་ན། །འབྲུའོད་རྒྱལ་འཕུམ་  
བཡིན། །རྒྱག་ལ་ཁད་གྱི་གདོང་ལྷག་ཡིན། །དེ་བཞིན་ལྷ་དང་དུག་མལ་དུ། །  
གལ་བར་ཐོད་དཀར་བྱུང་བརྒྱད་བརྒྱག །བྱུང་ལ་བྱུང་གི་གདོང་ལྷག་བརྒྱག །  
ནག་ཤལ་དོམ་བུ་བྱི་མིག་སྟག་སྒྲུང་ན། །སྒྲུམ་པས་སྟག་ལ་གདོང་ལྷག་ས་  
བརྒྱབ། །སྒྲུམ་ནག་སེཾློད་ཁ་ལང་ཆེན་པོ་ན། །དགུང་སྟོན་པོང་བས་མནན་  
བཡིན། །རུ་སོད་དཀར་ཐོག་འཕྲང་གི་རུ་ཕྱད། །དམར་ཐོག་སེཾློད་ཨ་ཁད་  
ཅོམ་ན། །རྒྱ་སྟག་མཆེ་བ་བྱད་བཡིན། །འོང་དམར་སེཾློད་སྒྲུམ་མཉམ་ན། །  
སྒྲུང་མོ་གལ་ལ་ཟེན་བཡིན། །གལ་བར་གཡས་བརྒྱག་བྱ་ཕུར་ན། །སྒྲུང་པོ་  
ཆེ་ལ་སྒྲུ་འཕུ་བརྒྱས། །སྒྲུམ་བྲག་ལྷི་ཕུར་སྟོན་དོང་བརྒྱག །རྒྱ་བྲག་འི་བྱི་ཐེར་  
འདྲེད་བཡིན། །ཐུ་ས་གལ་བར་སྒྲག་ནག་བྱི་ཐེར་འདྲེད། །སྟོབར་རུ་སོད་ཁ་

ལེན། །དཔའ་བོས་དོང་གི་གལ་ཁུང་བརྩིས། །བྱ་རལ་ཁུང་བརྒྱུང་མདོར་བྱ་  
ན། །བྱེའུ་ཁུང་སྟེ་ལ་ཟིན་པ་ཡིན། །དྲངས་མ་ཁ་ལ་ལང་གཡུ་འབྲུག་རྒྱུ་ལོག་  
བྱས། །སྟོ་ཆེ་མདོང་བྱ་མ་ཟེམ་ག་དམར་ན། །རྒྱལ་པོ་རྒྱུང་ཐང་འགྲིམ་པ་ཡིན།  
བྱ་མིད་སེ་སྟོད་ན་འབན་ན། །གསའ་དབྱི་འདམ་ལ་ཟུག་པ་ཡིན། །འདི་རྣམས་  
རྒྱུ་ལ་ཁད་ཀྱི་གདོང་ལྷག་ཡིན། །གཙོད་དབྱུང་བྱེས་ནས་གཙོད་མ་རྣམས། །  
རྒྱུ་ཁར་བབ་ན་རན་པ་ཡིན། །ད་འབྲོས་ལ་ཁད་ཀྱི་ལམ་ལོག་དབྱུང། །བྱ་  
ལ་ཨ་ཁད་ཅི་མ་དང་། །བདུན་ལ་སྟོག་དམར་ལྷི་བྱར་ན། །རྒྱ་སྟག་ནགས་ཆལ་  
བཀྲ་བ་ཡིན། །བྲོས་ལ་ཁད་ཀྱི་ལམ་ལོག་ཡིན། །དེ་བཞིན་བྱ་བདུན་གནས་  
མལ་དུ། །སྟོ་ཆེ་མདོང་བྱ་རྩ་ཐང་རྩ་ཐང་ན། །རྒྱུང་གི་གྲུག་ར་བཀྲ་བ་ཡིན། །  
སོ་ཡོན་ལག་ཆག་རུ་སོད་པ་ལེན། །འབྲོང་བྱ་རྩ་ལ་ཆགས་པ་ཡིན། །བྱ་རལ་  
རིན་ཆེན་ཁུང་བརྒྱུང་མདོང་བྱ་ན། །ཁུང་ལ་ཁོར་བྱས་འཐེན་ཐག་ཡིན། །གསེར་  
བྱ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོན། །ཐང་དཀར་སེན་སྟེ་ཆད་པ་ཡིན། །སོ་ཡོན་བརྒྱུག་ཆེན་  
ཐོ་ཆོ་སྟོག་དམར་ན། །དོམ་དྲེད་ནགས་ལ་བྱི་ཆགས་ཡིན། །རྒྱུང་སྟར་ལྷི་བྱར་  
སྟུམ་སད་ཡེ་རྫོན། །ཐང་གོ་དགུང་མཐོང་བྱེད་པ་ཡིན། །འདི་རྣམས་གོས་ལ་  
ཁད་ཀྱི་ལམ་ལོག་ཡིན། །གཉིང་ལྷེམ་ཐར་ལ་ཆས་དུས་ཡིན། །གདོང་ལྷགས་  
དག་ལ་རྒྱུག་དུས་ཡིན། །ལམ་ལོག་རྩུར་ལ་འོང་དུས་བཅི། །དེ་རྣམས་མེད་  
ན་བཟང་བར་དེས། །ད་ནི་བྱ་སྟངས་དབྱུང་བ་ལ། །ར་མདའ་དང་ནི་དམག་  
ཆེན་ལ། །བྱ་སྟངས་མེད་ན་འབྲུམས་པ་ཡིན། །མཐོན་མ་མཁའ་དར་གྱིས་གང་

ན་བཟང་། །བར་སྤང་ལྷགས་ཀྱིས་གང་ན་བཟང་། །ས་གནི་རྟ་ཡིས་གང་ན་  
བཟང་། །འབྲུ་དཀར་དམར་སྟོ་གསུམ་འདྲེས་ན་བཟང་། །དག་ཚོམ་བྱུན་ཚོམ་  
འདྲེས་ན་བཟང་། །བྲག་མདུང་ཅེ་འདྲ་བ་འདྲེས་ན་བཟང་། །དབྱིག་དང་དཔའ་  
རྩོའདྲེས་ན་བཟང་། །ཁྲི་མཚོན་མཚོལ་ཁྲག་འདྲེས་ན་བཟང་། །སྤྱུ་སྤྱུ་བ་མདའ་  
འདྲེས་ན་བཟང་། །འདི་རྣམས་བབ་ན་ཐུག་ཕྱད་ཡིན། །ཐུག་ཕྱད་དགོས་ན་  
འདི་རྣམས་བརྟག། །དར་ངོ་མཚོན་ངོ་རྟ་ངོ་རྣམས། །སྟོད་བར་སྤྱད་དུ་འགྲུལ་  
བ་དང་། །བྱ་ལུན་དཔའ་བོ་སྟེ་དུག་དང་། །ཅེ་ར་མ་ཚོ་ཡར་ལྷིང་རྣམས། །ཁྱི་  
ནང་མེད་བར་འདྲེས་བ་ན། །འབྲུ་དཀར་དམར་སྟོ་གསུམ་འདྲེས་བ་ཡིན། །  
འབྲུ་ལ་དང་མའི་རྩི་འདི་འཛིགས།། །འབྲུ་གསུམ་ལ་འབྲུ་ཡི་རྩི་  
དགོས།། །འདི་ཡང་དག་འབྲུ་ཡི་རྩི་ཡིན།། །འདི་ཡང་དག་ཐོ་ལེ་སྤྱན་གསུམ་ཡིན། །བྱུན་གྱི་གང་རྒྱུང་བོས་བ་ཡིན། །ཨ་  
ཁད་དཔའ་བོ་དངས་མའི་རིགས། །ཨ་ཁད་ཐོ་ལེ་ལུང་རྒྱུང་ཡིན།། །འདི་གཞོད་སྤྱན་རྒྱལ་བོའི་ཐུག་རྒྱ་ཡིན།། །འདི་ངམ་རྩི་རྩི་ལ་བོའི་  
ཀུཾ་ཡིན།། །འདི་གཉའ་འིང་ཁྲག་མིག་བྱ་དེ་ཡིན། །འདི་རྣམས་  
འདྲེས་ན་དག་ཚོམ་བྱུན་ཚོམ་འདྲས།། །འབྲུ་གསུམ་ཡང་དག་སྤྱད་  
ཀྱི་རྩི་ཡིན། །ཡང་ལྷི་བུར་དཔའ་བོ་སྤྱན་དུག་དང་། །ལྷི་བུར་ཐོ་ལེ་སྤྱན་གསུམ་  
འདི།། །གཞན་ཡང་ཐུག་གི་མདུང་ཅེ་ནི། །  
འདི་རྣམས་དང་ནི་ཅེ་ར་མང་ཐོག་དང་། །



སད་ཤེལ་མེར་ཚུ་སྤང་འབྱུག་ཐོག་དང་། །བག་བྱ་བྱར་ལ་སོགས་ནི་མཚོན་སྒྲ།  
 སྒྲོ་བྲག་དང་ནི་འདྲེས་པ་ན། །ཁྱི་མཚོན་མཚལ་ཁྲག་འདྲེས་པ་ཡིན། །རྩི་ལྷ་ལ་  
 བརྩ་གསུམ་སྟེང་དུ་ནི། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་བབ་ན་བཟང་། །མཁའ་ལྗིང་  
 རྒྱལ་མོ་འཕུར་ཤེས་ཡིན།། ~~ཁྱེད་ཀྱི་མཚོན་མཚལ་ཁྲག་འདྲེས་པ་ཡིན།~~ འདི་ན་མས་  
 ཕྱིན་འདྲེས་པ་ན། །སྒྲ་རུ་སྤང་མདའ་འདྲེས་པ་ཡིན། །དབྱིག་དང་དཔའ་དོ་  
 གང་བཞིན་ཤེས། །བྲག་ཆེན་ཆད་པ་ལ་སོགས་ཀྱི། །ཁ་འཛིན་བརྩ་གསུམ་བྱ་  
 བྱར་གསེར་ཐིག་ཡིན། །ད་ས་མདོའི་སྤྱང་ཆང་གང་འོག་དབྱེད། །གཉིས་ལ་  
 སོ་ཡོན་བརྒྱག་ཅན་ན། །ས་མདོའི་སྤྱང་ཆང་འོག་མ་ཡིན། །ལྷ་ལ་བབ་ན་བར་  
 མ་སྟེ། །བརྩ་གཉིས་དེ་བབ་གོང་མ་ཡིན། །དག་ར་མདའ་ལག་ཏུ་བརྩམ་དོ་  
 ཡིན། །བྲག་ལ་དན་ཐང་ཆེན་དབུས་ནས་སྟེལ། །བདུན་ལད་ན་རག་པར་རན་  
 རོ་ཡིན། །བདུན་སྒྲོ་བྲག་བབ་ན་རྟ་འཆོར་དོ། །ཁྱིང་བྲག་བབ་ན་ལྷག་འཆོར་  
 སོགས། །གོང་བཤད་བཞིན་དུ་བཤད་པ་བསྒྱུར། །ལྷ་ལ་སོ་ཡོན་བརྒྱག་ཅན་  
 དང་། །བརྒྱད་ལ་ཡར་ལྷང་སྟོང་བརྒྱག་ན། །དམག་དཔོན་དག་གི་མཐའ་མིག་  
 ཡིན། །ལྷ་ལྷི་བྱར་བརྒྱད་ལ་སྟེ་སྟོང་ན། །སྟག་རུ་བ་ཡི་མཐའ་མིག་ཡིན། །  
 སུམ་སྒྱུར་སུམ་མཉམ་སྟོང་བརྒྱག་ན། །

༥ ། སྤྱ་མིད་པ་ཡི་མཐའ་མིག་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་བརྩ་གསུམ་དེ་ཚུགས་  
 དབྱེད། །རག་མགོན་ཐུག་ཕྱད་ཐམས་ཅད་ལ། །མཁའ་བ་གདོང་ཐུགས་བསྒྱག་  
 ར་བཤད། །དེ་ལ་དང་པོ་གདོང་ཐུག་ནི། །གཅིག་ལ་ཨ་ཁད་གཉིས་ལ་ནི། །

རུ་སོད་ཁ་ལེ་བབ་བ་ན། །སྟག་གཡག་དོ་རུ་གདོང་ཐུག་ཡིན། །གསུམ་གྱི་དཀར་  
ཐོག་གཡུང་བྱང་ན། །ཟུན་གྱི་སྤྲེལ་རྒྱལ་ཁ་ཐོག་ །དེ་བཞིན་གཅིག་དང་གཉིས་  
ལ་ནི། །ཨ་ཁད་ཅེ་མ་སྤྱུ་ཅ་ལི་ཤོ་ན། །སྟག་སྒྲུང་དོ་རུ་གདོང་ཐུག་ཡིན། །རུ་  
སོད་ཁ་ལེ་རྩང་ཟེ་རྟ་གཡག་ཐུག་ །བྱོད་སྤར་ཁ་ལེ་མདའ་དང་གཡག་གདོང་  
ཐུག་ །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་སྤུ་ས་ཁྱི་དང་ཤ་བ་ཤད། །བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་སྤུ་ས་བྱ་  
ཡུན་ཁྲ་གྲག་ཤད། །བྱ་སྤར་གསེར་ཐིག་ནག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་ཉ་སྤུ་ས་ཤད། །ཁྱི་  
སྤར་ཤང་ཅེ་སྒོ་སྒོ་ད་ག་ཟུན་དོ་རུ་ཤད། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་ཡར་ལྷང་  
འབུག་སེང་ཤད། །ཁྱི་སྤར་བག་ཁྱི་ར་དང་འཕར་བ་ཤད། །བྱ་རལ་ཆོལ་ཆོལ་བྱི་  
པག་གདོང་སྤུ་ཤད། །དེ་རྣམས་གང་བབས་གསུམ་ལ་དཀར་ཐོག་ན། །ཟུན་  
གྱིས་རྒྱལ་ཁ་ལོན་བ་ཡིན། །དེ་ནི་མ་སང་བསྐྱག་ར་བཤད། །གཉིས་གལ་བར་  
བརྩ་ཡི་སྤུ་ས་མཉམ་ན། །རི་སྒྱུང་སྒོན་མོར་བསྐྱག་ར་བརྩལ་ས། །རག་བའི་མོ་  
ལ་བྱོས་རེ་རན། །དེ་བཞིན་གཉིས་དང་བརྩལ་ནི། །ལྷག་ས་ཁྲ་ཨ་ཁད་འཕར་  
བ་བསྐྱག་རར་བརྩལ། །སྤོ་ཉིན་གུང་ཐུག་ཤད་ཡིན། །བརྩལ་ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ཡིན་  
ན་ཐར། །བྱ་ཤིང་སྐྱུ་ལ་བྱི་བ་བསྐྱག་ར་བརྩལ་ས། །སྤོ་གསུམ་གྱི་གོང་དུ་  
ཤད། །མིན་ཐོག་སྐྱུ་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །སྤོ་ལྷ་ཡི་གོང་དུ་ཐུག་ །གལ་བར་  
སྐྱེར་ལ་གསེར་ཉ་བསྐྱག་ར་བརྩལ། །སྤོ་དུག་གི་གོང་དུ་ཐུག་ །སྐྱེར་བྱ་སྐྱེན་  
དེང་བློ་རྒྱུའི་ཕ་བོང་འདྲིལ་རྒྱུན་ལ། །བྱི་བ་སྒོན་མོས་བསྐྱག་ར་བརྩལ་ས། །སྤོ་  
དོ་བརྒྱུད་གྱི་གོང་དུ་ཐུག་ །སྐྱོག་དམར་ཁྱི་སྤར་དཀར་ཐོག་ན། །ནམ་མཁའི་

སྒྲུལ་པར་ངོམ་བྱས་བསྐྱུག་ར་བཅུགས། །མྱོད་དགུ་ཡི་གོང་དུ་བྱས། །གསེར་  
བྱ་རེ་མེ་གྲུ་སྒྲུལ་འོལ་བས་བསྐྱུག། །འདི་ནམས་བསྐྱུག་ར་ཡིན་བས་བྲོས་ན་  
བཟང་། །བཅུག་ཅིག་བཅུག་སུམ་བཟང་ན་བྲོས་བས་བྲུང་། །བབ་ཡེན་བརྩེས་  
ན་དག་པོ་བསྐྱུག་རར་ཚུད། །ཡང་ལྷ་དང་བདུན་གྱི་བསྐྱུག་འདྲིལ་བཤད། །  
ལྷ་སོ་ཡོན་ཡིང་ཀུན་བདུན་བག་ཆོ། །མེད་བལ་བྲོ་ཆུང་ཞེས་བྱ་བས། །བསྐྱུལ་  
པ་འཛིག་པའི་བསྐྱུག་ར་བཅུགས། །གྲུང་ཆོག་སྐུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབྲུང། །  
དེ་བཞིན་ཅེ་ར་ལུང་བྱལ་ངམ་རྒྱུང་མཆོན་གྱིས་བསྐྱུག། །གལ་བར་སྒོ་བར་སྒྲ་  
དཀར་དྲང་གིང་སྒྲ་རེས་བསྐྱུག། །སྒྲིར་གསུམ་ཁྱུང་བརྒྱུང་མཛོ་མོ་བཞི་དོ་གོང་  
ཆས་བསྐྱུག། །སྒྲིར་བྱ་བྲོད་ལུང་བྱ་བ་ཞེ་ཡེས་བསྐྱུག། །ལུང་བར་སོག་དཀར་  
ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ན། །མི་བྱ་སྐྱུག་མོ་གྲུ་སྐྱུ་མས་བསྐྱུག། །ཤར་ཅེ་སྒོ་བར་རྟ་མོ་མི་བྱས་  
བསྐྱུག། །གྲུང་ཆོག་སྐུ་གསུམ་ནས་བརྒྱུད་བར་རེམ་བཞིན་ཤད། །བརྩེས་ན་དག་  
པོ་བསྐྱུག་རར་བཅུག། །བརྒྱུད་བཟང་ན་ཐུན་ལ་བཟང་བར་དབྱུད། །སྒྲིར་བྱི་  
སར་འཛིག་ས་པས་བསྐྱུག་རའི་དབྱུད། །གཉིས་གལ་བར་ལམ་དུ་དམག་ཆེན་  
ཤད། །སྒྲོག་དམར་དུག་རྩལ་ཅན་དང་ཤད། །གསེར་ཐིག་ཁབ་བེར་ཅན་དང་  
འབྲུང། །གསེར་བྱ་གསེར་ཡིག་ཅན་ལ་སོགས། །མདོར་ན་བྱིས་བཞི་དང་ནི། །  
ཁྱུང་བར་གཉིས་ལྷ་བཅུ་གཉིས་ལ། །ཉེ་དང་བར་མ་རིང་པོ་ཡི། །ས་ནས་བྱས་  
ཤད་དེ་ལྷར་བརྟུག། །གསུམ་དུག་བཅུ་གཅིག་དག་ཏུ་ནི། །དཀར་ཐོག་ལ་སོགས་  
ཁས་དུག་ན། །བྱུན་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ཡོན་པ་ཡིན། །ལམ་དག་བྱུན་འཐབས་ལྷ་བདུན་

ཡིན། །ལྷ་འདི་གཉའ་རིང་སྤྱི་གི་སོ་པའི་ས། །བདུན་འདི་གཡའ་སྤང་སྒྲེས་  
གཅིག་སོ་བ་ཡིན། །འབྲུག་པའི་རྒྱལ་པམ་དེ་ལ་དབྱད། །ལྷ་སོ་ཡོན་བདུན་ལ་  
ལྷི་ལུར་ན། །གཡའ་སྤང་མདའ་འཕང་སྤྱི་ལ་ཤོག །ལྷ་སྒྲུམ་བདུན་གྱི་ཆོལ་  
ཆོན། །གཡའ་སྤང་སྒྲིད་གྱི་བྱེ་མར་ཟ། །གཉའ་རིང་མཆི་མ་ཁྲག་ཏུ་བྱས། །  
ལྷ་སྒྲུམ་བདུན་གྱི་ལྷི་ལུར་ན། །གཡའ་སྤང་རྩོམ་ཆོན་རར་ཆེན་བཟུང། །གཉའ་  
རིང་བེར་རྒྱ་ཆག་པོ་བཟུང། །ལྷ་ལུང་ཁད་བདུན་ལ་ཁྱུང་བརྒྱད་ན། །གཡའ་  
སྤང་རྒྱུང་ཆིབ་སྤྱི་གིས་བོང་བུ་ཞོན། །ལྷ་ན་འབན་བདུན་ལ་སྒྲིན་དིང་ན། །  
གཉའ་རིང་དམག་ཆེན་བསྐྱུས་ན་ཡང། །གཡའ་སྤང་རྩོང་ལ་ཁྲག་ས་ནས་སྟ། །  
ཁྲི་ཆོ་རྩོང་ལ་སྟུག་པའི་ངོ། །ལྷ་མ་ཟེ་བདུན་གྱི་བྱོད་ལུར་ན། །གཉའ་རིང་གི་  
ཁབ་ཆེན་རྩོང་ཆོ་དེ། །གཡའ་སྤང་ར་སྟག་ཅན་གྱིས་བསྒྲོག །རྩོང་ཆོ་གཅིག་  
ལ་རྟུག་ས་པའི་ངོ། །ལྷ་སྒྲུམ་བདུན་གྱི་རར་སྟན་ན། །གཡའ་སྤང་གད་མོ་ལྟག་  
གིས་བགད། །གཉའ་རིང་བཙུན་མོ་བུ་འབོད་བྱས། །དེ་རྒྱམས་བརྩེས་ན་དག་  
གྱོད་འོང། །གཏོ་ལ་དག་མཁར་དག་ལ་ནི། །རེ་པའི་བ་དན་བཙུག་ས་ནས་  
སྟ། །ཐལ་བརྩོད་ཀར་བྱེ་མར་བཞག །བུ་ཆའི་དམག་བསྐྱུས་བྱེ་མར་གཏོར། །  
དག་མཁར་བསྐྱེལ་ལ་བ་དན་བསྐྱེག །དར་ཕྱར་བུང་འབྱུང་དག་སྒྲ་གསོལ། །  
དེ་ནི་དག་བསྒྲོག་མན་རག་ཡིན། །ད་བདུན་གྱི་བྱོད་ལུར་བརྒྱད་སོ་ཡོན། །  
གཡའ་སྤང་འོག་རྟ་འཐེང་བ་ཡིན། །རྩོང་བུ་གཞུ་མོ་ཆག་པ་ཡིན། །བདུན་གྱི་  
ལྷི་ལུར་བརྒྱད་སྒྲུམ་ན། །གཡའ་སྤང་ནད་གྱིས་ཐེབ་པ་ཡིན། །བདུན་གྱི་བུངས་

མ་བརྒྱད་མུང་བར། །གཡའ་སྤང་ཁྲེལ་གྱིས་གོས་པ་ཡིན། །བདུན་གྱི་ཕྱོད་  
 མུང་བརྒྱད་སེ་སྟོང་། །གཡའ་སྤང་བྱེས་མགོན་ལ་སྤང་ནས། །ལམ་ལོག་བྱས་  
 ཤིང་གྱོད་ལ་འཕྲོག། །བདུན་གྱི་སེ་སྟོང་བརྒྱད་སོ་ཡོན། །གཡའ་སྤང་མི་མིས་  
 ཏྲ་འཐིང་ཡིན། །བདུན་གྱི་ཆོལ་ཆོལ་བརྒྱད་ཕྱོད་མུང་། །གཡའ་སྤང་ཐེ་ལེ་བྱས་  
 པ་ཡིན། །བདུན་གྱི་ཕྱོད་མུང་བརྒྱད་ལྗི་མུང་། །གཡའ་བང་བསམ་པ་འགྲུབ་  
 པ་ཡིན། །བདུན་གྱི་ཕྱོད་མུང་བརྒྱད་ཨ་ཁད། །གཡའ་སྤང་ཁ་ཕོ་བྱས་པ་ཡིན། །  
 བདུན་གྱི་སྤོ་བར་བརྒྱད་སྤོ་སང་། །གཡའ་སྤང་གྱོད་ལས་ཐར་པ་ཡིན། །དེ་  
 སོགས་ཞིབ་ཏུ་དབྱུང་བར་བྱ། །ལར་བྱིས་ཆག་ན་དག་མུར་བཟང་། །དམག་  
 དཔོན་སོགས་གྱི་ལོ་མལ་གང་། །བྱིས་པ་ཡོད་པ་དེ་དར་གྱང་། །དག་ཁྱིམ་ཟུན་  
 གཤམ་ཟེར་ཏེ་ཕུང་མི་སྒྲོན། །རང་སར་ཁས་དྲག་ཤིན་ཏུ་གཅིས། །བྱིས་པ་ལྗི་མུང་  
 ཅི་དང་གྱང་། །རང་སའི་རྩང་ཐེ་དག་གིས་ཐུབ། །བྱིས་པ་མ་ཐེ་ཅི་བྱུང་ཡང་། །  
 རང་སའི་སྒྱིན་དིང་དག་གིས་ཐུབ། །དེ་སོགས་ཐུབ་ཐར་ཤེས་པར་བྱ། །དེ་  
 གནངས་གྱི་ཐོབ་ངོ་ལ། །མགོན་ཕྱི་ལོ་སྤྲུལ་གྱི་བྱིན་ལན་སོགས། །གོང་མ་  
 གྲུན་དང་འཕུལ་ཞིང་དབྱུང་། །ཡང་ཐོབ་པ་ལོ་དྲ་མ་བལྟ་བུ་ཁྲུག་པཤད། །བཞི་  
 ལ་ཡར་ལྗིང་སྒྱུར་བརྒྱག་དང་། །བརྒྱད་ལ་ཡར་ལྗིང་སྒྱུར་བརྒྱག་ན། །མཁར་  
 ལ་བ་གམ་བཏགས་པ་ཡིན། །ཐོབ་ན་དྲ་མ་བལྟ་བུ་བཟང་། །བཞི་བརྒྱད་  
 གལ་བར་ཐོང་དཀར་ན། །ཐབ་ལ་སྤྲུག་ཤམ་བཏགས་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་  
 བ་ཆོ་བརྒྱག་ཅན་ན། །མདུང་ལ་བ་དན་བཏགས་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་དམ་

དག་བརྒྱལ་ཅན་ན། ཁྱོད་པོ་ཅེ་མོ་བྱུང་རྒྱལ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་ཅེ་ར་མང་ཐོག་  
ན། ཁྱོད་པོ་ངར་ཚུ་སྤྲད་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་བྱ་ཡན་དཀར་མོ་ན། ཐང་  
དཀར་གཤོག་པ་བརྒྱད་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་བྱ་བུར་བརྒྱལ་ཅན་ན། འུ་  
ཕོས་དཔའ་སྤྲད་ཐོན་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་ཁྱུང་བརྒྱད་བརྒྱལ་ཅན་ན། ཁྱུང་  
ཆེན་གཤོག་པ་རྒྱས་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་ཁ་ལང་ཆེན་མོ་ན། གཡུ་འབྲུག་  
གསུང་སྤྲད་གྲགས་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་རུ་སོད་དཔལ་ངར་ན། །ལྷ་གཡལ་  
དཔལ་རུ་རྒྱས་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་གྲོག་དམར་ལྗི་བུར་ན། རྒྱ་བཀྲ་ལ་ཉེ་  
བྱེད་པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་རྐང་སྤར་ལྗི་བུར་ན། འབྲི་དཀར་གཟན་ལ་ཆས་  
པ་ཡིན། །བཞི་བརྒྱད་རྩ་བར་ཚུ་མང་ན། འུ་མེད་མེད་མོ་བརྩར་པ་ཡིན། །  
བཞི་བརྒྱད་པ་ཅ་ལ་རུ་མང་ན། རྒྱ་སྤྲལ་གཟན་ལ་ཆས་པ་ཡིན། །འདི་རྣམས་  
ཐོབ་ནས་བྲམ་བལྟ་བལྟ་བཟང་། གཅིག་ཐོབ་སྟེང་དུ་གཉིས་ཐོབ་དོ། །མ་སང་  
རྟོ་དབྱུང་པ་ལ། །ལྷ་འདི་དག་ཡི་རྟ་བྲེས་ཡིན། །བདུན་འདི་བྱུན་གྱི་རྟ་བྲེས་  
ཡིན། །ལྷ་ལ་མ་ཟེ་བབ་ན་ནི། འབྲལ་ཡི་རྟ་བྲེས་ཞིག་པ་ཡིན། །སྤྱི་རིས་རི་ཐོབ་  
བརྒྱད་ལ་དབྱུང་། འདི་རྣམས་བབ་ན་དག་མེད་ལ། གྲོག་འོར་འལ་འལ་ཆལ་  
ཆོལ་འོང་། །མ་སང་རྟོ་དབྱུང་ལ་དབྱུང་། གྲེ་བ་ཐམས་ཅད་ཁྲ་བོ་ཡིན། །  
ལྷ་ས་ཐམས་ཅད་མེད་པོ་ཡིན། །ཁྱུང་བརྒྱད་ཐམས་ཅད་ཁམས་པ་ཡིན། །  
ཡར་ནམ་སང་དམར་པོ་མདོ་རིས་ཅན། གྲོག་དམར་ཁམས་པ་མདོ་རིས་ཅན།  
ཁ་ལང་གྲོ་བོ་གཡུང་བྱུང་ཅན། རྐང་སྤར་དཀར་པོ་མདངས་རིས་ཅན། རུ་

སོད་ཁ་ལེན་ག་པོའི་མདངས། སྒོ་ཆོ་མཆལ་རྒྱང་མདོང་རིས་ཅན། གཤམ་བར་  
 ཐོད་དཀར་རྒྱང་མདང་ཅན། ཡང་ན་བྲ་བོ་སྤྲོད་དཀར་ཡིན། ཆོལ་ཆོ་བྱ་བ་རྒྱག་  
 གོ་སྒྲོན་ཡིན། སྒྲུམ་མཉམ་སེར་ཁུར་མདང་རིས་ཅན། ཨ་ཁད་དམར་པོ་མེ་  
 རྩེ་ཁ། ཁྲི་བུར་ཁམས་པ་རག་མགོ་ཡིན། བྱ་ཡུན་ཟག་དཀར་མདོ་རིས་ཅན།  
 རྒྱུར་ལུན་ཟག་དམར་མདངས་དང་ལྡན། བྱ་བུར་ངང་ཟག་མདོག་ཏུ་གནས།  
 བག་ཆོ་བྲ་བོ་ཟག་ཁུར་ཡིན། འོག་ཆང་གཤམ་བ་ག་ཁུར་ཁྲེལ་ཡིན། བྱ་རལ་  
 རིན་ཆེན་བྲ་རྒྱང་ཡིན། སྒོ་བར་སྒོ་བ་རྒྱག་མཆལ་མདངས་ཅན། སྒྲིན་དིང་  
 གཡུ་ཐོག་བོང་ཁ་རྒྱག་ལག་ཡིན། བདུན་བརྒྱད་གང་བྱུང་དེ་འདྲ་ཐོབ། འེ་  
 རྣམས་ཐོབ་པེས་རྒྱུལ། བརྩ་གཅིག་དག་སྤེལ་རྩ་ཐིག་གོང་མ་ལ། དམུ་དག་  
 བརྒྱག་ཅན་བབ་ན་ཡིན། ཡང་ན་བདུན་ལ་བབ་ཀྱང་ཆོག ལྷ་ལ་རྟ་འོ་འདི་  
 རྣམས་བབ། བདུན་ལ་མ་ཟེ་སྒོ་བཞི་དང་། བརྩ་གཅིག་ལུང་བར་མ་ལྟོན།  
 དེ་འདྲ་པར་ལ་འཆོར་བ་ཡིན། དམུ་དག་སྤྲི་སར་སོང་ཀྱང་ངན། འེ་སོགས་  
 གནངས་གྱི་ཐོབ་ཚུལ་དབྱུང། དམ་ཐོབ་སྤྲོད་རི་བསྒྲོར་ལོག་བཤད། བརྩ་  
 གསུམ་སྤྲོད་ཏུ་ཡར་ལྷིང་བཟང་ན་ཡང་། བརྩ་གཅིག་བག་ཆོ་བརྒྱག་ཅན་ན།  
 སྒོན་བ་དོན་མེད་ས་མཐའ་བསྒྲོར། མ་ཐོབ་སྤྲོད་རིའི་བསྒྲོར་རྒྱབ་བཟང་།  
 དེ་བཞིན་སྒྲ་མ་བརྩ་གསུམ་དང་། སྤྲི་མ་བརྩ་གཅིག་ལ་སྒྱུར་ཏེ། དམུ་དག་  
 བརྒྱག་ཅན་ལི་ཡན་ན། ཏུང་གི་གྲུམ་བས་རི་མཐའ་བསྒྲོར། བྱ་བུར་བརྒྱག་  
 ཅན་བྱ་རལ་ན། གཡུ་ཡི་བྱི་བས་རི་མཐའ་ལོམ་། གཤམ་བར་ཐོད་དཀར་

མུང་བར་མ་སྒྲུམ་ན། གསེར་བྱ་མ་བྱིལ་གྱིས་དེ་བྱི་ལོར། བཟ་ལ་རུམ་མུང་  
བྱུལ་ན། གསེར་སྒྲེལ་མེར་བོས་དེ་མཐའ་ལོར། མུང་བར་གསེར་སྒྲུག་ཐང་  
ལེན། རྡོ་མ་བུ་ཐུགས་ཀར་དེ་མཐའ་ལོར། ཀྲུ་ཡེ་བྱིལ་ཆང་བག་ལྡིན། །  
རྒྱ་སྒྲུག་དམར་བོས་དེ་མཐའ་ལོར། རྡོ་ག་ཆང་བྲམ་ལི་ཡན་ན། ཁྲུ་སྒྲུང་  
དཀར་མོ་དེ་མཐའ་བསྐྱོར། སྒྲུམ་མཉམ་བུ་བརྒྱག་མ་ལྡིན། རྩུགས་སྒྲུང་  
སྒྲོན་མོས་དེ་མཐའ་ལོར། སྒྲེར་བྱ་ར་བརྒྱག་ཐང་ལེན། དྲག་བྲེལ་ལྷུ་  
མོས་དེ་མཐའ་ལོར། མ་ཐོབ་སྒྲོང་དེ་སྒྲོར་ལོག་ཡིན། ལའ་རང་ས་བཙན་  
ཀྱང་བྱིད་ན། དྲག་ལ་གཙོད་མ་མི་ཐེབ་སྟེ། བྱི་གཙོད་པའི་སྒྲུ་རེས་མ་བཙན་  
ན། ཁང་ཁོར་དོ་བྱུང་ཡང་མི་འཆོང་དོ། ཁང་དུ་ཁོར་དོ་མ་བྱུང་ན། ཁས་དྲག་  
མང་ཀྱང་མི་འཆོང་དོ། བཙན་སར་ཐེར་མ་མ་བབ་ན། བྱི་ས་ཆག་ཀྱང་ལན་  
བར་དཀའ། བྱི་སར་གཙོད་སྒྲར་དོན་སར་གྲོག་དོད་དང་། བཙན་སར་ཁས་  
དྲག་ཐེར་མ་བབ་ས། དྲག་སོད་དོན་གྲུབ་ཁོར་གྱིས་འཆོང་། དེ་ནས་རྒྱག་པའི་  
བྱི་ལམ་ནི། མ་གྲོན་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་ལྟར་དབྱུང་། བཅུ་གསུམ་དར་ཞིང་  
བཅུ་གཉིས་ཆག རྒྱག་མ་གྲོན་བྱི་ལམ་བདེ་བ་ཡིན། དྲག་ཡལ་སྒྲང་ལམ་མོ་  
ལོག་འཐེན་ཅེས། རྒྱག་བ་ཐབས་ཆག་མོ་བཤད་ན། ལའ་གྱི་གཡལ་སྒྲང་  
མཆོད་བཞིལོད། རྩོད་ལུང་ལུང་བརྒྱུད་དར་བའི་གཡལ་སྒྲང་ཡིན། སྒྲུམ་དང་  
ལི་ཡན་རྒྱུད་པའི་གཡལ་སྒྲང་ཡིན། ཐབས་མ་ཆགས་དར་བ་གཉིས་ལ་དབྱུང་།  
ཐབས་ཆགས་རྒྱུད་བ་གཉིས་དང་ནི། སྒྲེར་དང་བཙན་བ་གསུམ་ལའང་བརྩི།



དེ་གསུམ་བདུན་བབས་ཐབས་ཆགས་ཅམ་དུ་རུང་། །དགཡའ་སྤང་ལོག་འཐེན་  
 མོ་ལ་ནི། །གསང་ཆོག་ཆེན་པོ་བཅོ་ལྔ་ཡོད། །དེ་མ་ཤེས་ལམ་མོ་མི་ཤེས་སོ། །  
 ལི་ཡན་འཕྱུལ་ཆེད་གསང་ཆོག་ལ། །བདུན་ལི་ཡན་བརྒྱད་ལ་བྱ་བུར་བརྒྱག།  
 གཡའ་སྤང་སྒྲིམ་གཅིག་བསམ་པ་འགྲུབ། །སྒྲིན་ཡག་པ་རྒྱལ་དང་ཡུག་མོ་  
 བློ། །དེ་གཉིས་སྒྲིན་གཉིས་དུ་ཟློ། །ཇག་པ་ཐབས་ཆག་མོ་ལ་བཟང་། །  
 བདུན་ལི་ཡན་བརྒྱད་ལ་བྱེད་བུར་ན། །གཡའ་སྤང་སྤྲད་དེ་ཆད་ནས་དབྱགས་  
 དེ་སྤྲང་། །ཐང་ཆད་ནས་ནོར་རྟེན་དོ་ཡིན་ནོ། །བདུན་ལི་ཡན་བརྒྱད་ལ་ཨ་ཁད་  
 ཅེ་མ་ན། །གཡའ་སྤང་ཁ་ཐོ་བསྒྲག་པ་ཡིན། །ཐོངས་བས་ནོར་རྟེན་དབྱལ་པོ་  
 ལྷུག །ཇག་པ་ཆད་པོ་ནོར་དང་འཕྲད། །བདུན་གྱི་ལི་ཡན་བརྒྱད་ལ་སུ་ཅེ་མེད། །  
 གཡའ་སྤང་བདུད་ལ་ཤག་ཐེབས་ནས། །སྒྲིམ་བུ་གདམ་གྱིས་རྒྱལ་དོ་ཡིན། །  
 བདུན་ལ་ལི་ཡན་བརྒྱད་ཀྱི་ནི། །ཤོ་བྱི་ཤོ་ཤག་དགའ་ཆོལ་ཆོ། །གཡའ་སྤང་  
 སྒྲིན་ལ་སྒོ་ཇག་ཡག །ཇག་ཤེས་གཅིག་ལ་དོན་གསུམ་གྲུབ། །གཞན་ཡང་  
 ལི་ཡན་མཆོག་དེད་ལ། །བདུན་ལི་ཡན་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིན་དེད་གཡུ་ཐོག་ན། །ལི་  
 ཡན་ལུང་ཡུལ་གསེར་རི་ལ། །བྱི་ཡི་གསེར་ཐོན་ཞེས་ཏེ་བཟང་། །དེ་བཞིན་  
 བདུན་དང་བརྒྱད་མིག་ལ། །ལི་ཡན་སྒྲུམ་གྱི་སྒྲུམ་བུ་གཡུ་མིག་ན། །ཤིད་གཞོད་  
 སྒྲུ་མོར་བྱེ་མར་སྤྲང་། །ལི་ཡན་བྱ་བུར་སྤྲོད་པར་དུང་བླ་ཆོས། །ལི་ཡན་སྤྲོད་  
 པ་གང་བའི་རིགས། །བབན་ཇག་འགྲུལ་མོ་ལ་བཟང་། །ལྷ་ཆག་ནོར་ཐོབ་  
 རོ་རུ་ཤེས། །གནད་ཆེན་རྒྱུད་ཡང་སྤལ་ཇག་ཡག །ལི་ཡན་འཕྱུལ་གྱི་ལྷེ་ལུ་མིག་

གོ། རྒྱུམ་རྒྱུ་ཤེལ་དཀར་མོའི་གསང་ཆོག་ལ། བདུན་རྒྱུམ་བརྒྱད་ལ་ཆོལ་ཆོ་  
 ལུ་བརྒྱག་ན། རྒྱུམ་མེ་རུས་པ་ལྷག་གི་བགད། རྒྱུག་སྟིང་སྟིང་གིས་བསལ་  
 བ་ཡིན། རྒྱག་པ་སྟིང་ཞོར་ཐུང་བ་ཡིན། རྟེ་བཞིན་བདུན་དང་བརྒྱད་དག་  
 ལ། རྒྱུམ་གྲོག་དམར་མིག་སྟེའི་མཆི་མ་སྒྲམ། གཡའ་འབྲུམ་བྲ་གཡུ་ཐོབ་  
 བ་ཡིན། རྒྱུམ་དང་དལུ་དག་བརྒྱག་ཅན་ན། རྒྱུག་གི་ཁུར་ལོག་ལྷུང་ཐག་ཆད།  
 གཡའ་སྤང་རྒྱུས་གཅིག་བསམ་དོན་འབྱུང། རྒྱུམ་དང་རྒྱུམ་རྒྱུང་ལུམ་ལུག་ཡུ་  
 མིག་ན། ཁོངས་བས་འབྱེལ་སྟེང་ཞོར་ཐོབ། རྒྱུམ་དང་ལྷི་ལུར་ལུ་ཐོན་ན། རྒྱུས་སྒྲ་  
 དང་བཅས་པ་ཐོབ། སྟིན་གྱི་ར་རྩི་བསད་ནས་སྟ། རྒྱ་ཅན་ཐོབ་  
 བཤལ་ཐོབ་བ་ཡིན། རྟག་ལ་སྟིང་འབྲུག་ས་ཐོབ་དོ་ཡིན། རྟེ་རྒྱུམ་གྱི་གསང་  
 ཆོག་ལུ་བོ་ཡིན། རྒྱུར་གྱི་ལིང་འཕར་མའི་གསང་ཆོག་ལ། བདུན་གྱི་རྒྱུར་ལ་  
 རྟོར་བརྒྱག་ཅན། བརྒྱད་ལ་ཡར་ལྷང་རྒྱུར་བརྒྱག་ན། ཁོང་གི་དཀར་མོའི་  
 རྟོར་འབྲུབ་དེས། གདང་འཕོག་ཆ་མོ་ཐར་བ་ཡིན། བདུན་ལ་རྒྱུར་ལྷན་ར་  
 བརྒྱག་དང་། བརྒྱད་ལ་ཡར་ལྷང་རྒྱུར་བརྒྱག་ན། གནང་ཡང་ཤོ་མིག་རྒྱས་  
 པ་ཐོབ། ཁོ་བོ་རྒྱར་མ་ཅམ་ཞིག་ཐོབ། བདུན་རྒྱུར་བརྒྱད་ལ་རྒྱུར་ལྷན་ལུ་  
 བརྒྱག་ན། ལམ་མེད་མེད་ལུ་ཡིས་མེད་ཟེན་ཡིན། རལ་གྱི་འོ་ལ་རྩོད་ར་ཐོན།  
 རྒྱུས་ཐོད་དཀར་གྱི་ཆིབ་པ་བྱ་བརྒྱས་དང་། རྟུལ་མོ་བཙུན་བཟང་པོ་གཉིས་  
 དུས་གཅིག་ཐོབ། བདུན་རྒྱུར་བརྒྱད་གྱི་ཆ་ཆོན། ཁ་ཉེའི་མདུང་ཡུར་གནམ་  
 ལྷག་ས་མདུང་མོ་བཏགས། རྟེ་ཡི་གཡུལ་འབྱེད་ཡག་བ་ཡིན། རྟེར་མས་

མདུང་མོ་ཐོབ་དོ་ཡིན། །བདུན་སྟེར་བརྒྱད་ལ་གྱི་ལིང་འཕར་མ་ན། །ལ་མེད་  
 མ་མེད་དུའུ་ནི། །སྟུན་གྱི་སོ་ནམ་ཚུད་པ་ཡིན། །དེ་སྟེར་གྱི་གསང་ཆོག་ལྷ་པོ་  
 ཡིན། །གཞན་ཡང་བརྩུ་ལ་སྟེར་ལུ་ར་བརྒྱག་ནས། །བརྩུ་གཅིག་བཟང་ན་  
 དག་པོ་སོད། །རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །དེ་ལྟར་དག་ཕྱེད་འོག་བྱུང་  
 བས། །རྒྱུ་རྒྱུ་མའི་སྟུན་ལེན་ནི། །གཅིག་དང་གཉིས་དང་གསུམ་ལ་  
 དབྱེད། །རྒྱུ་རྒྱུ་མའི་སྟུན་ལེན་ནི། །བཞི་དང་ལྷ་དང་དྲུག་ལ་དབྱེད། །རྒྱུ་  
 པ་ཆེ་ཆུང་སྟུན་ལེན་ནི། །བརྒྱད་དང་དགུ་དང་བརྩུ་ལ་དབྱེད། །དམག་ཆེན་  
 ལུལ་མཁར་ཐོབ་ཤོར་ནི། །བརྩུ་གཅིག་བརྩུ་གཉིས་བརྩུ་གསུམ་དབྱེད། །སྟུར་  
 གུན་ལ་གུན་གྱུང་བརྟག་པར་བྱ། །གདམས་ངག་སྒྲ་མའི་ཞལ་ཤེས་ཟབ། །  
 ༡ །ལ་མཚུ་གཏུག་ཤེར་བྱ་བ་ལའང་། །ཤག་འགྱེད་ལྷ་བདུན་སྟེན་བས་བཙི་  
 ཞིང་། །བར་མི་དགུ་དེ་སྟུ་ལ་སྟོགས། །བརྩུ་ཡི་སྟེང་དུ་དབྱེད་པར་བྱ། །ནམ་  
 ལུག་རྒྱལ་པམ་བརྩུ་གཅིག་དང་། །བརྩུ་གཉིས་སྟེན་བས་དབྱེད་བརྩུ་གསུམ་གྱི། །  
 རྩེ་འཛིན་བཟང་ངན་སྟུ་ལ་གཅིས། །ཨ་ཁད་བཟང་འོགས་རང་སར་བཟང་། །  
 གཏམ་ངན་བསྒྲག་ན་ལུང་ཁད་སོགས། །བརྩུ་གསུམ་སྟེང་དུ་བབ་གྱུང་བཟང་། །  
 རྒྱན་པའི་སྟེ་མོང་འབྲུ་བདུན་བཤད། །རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །  
 རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །  
 རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །  
 རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །  
 རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །རྟ་སྒྲ་སྒྲ་ཕན་དང་མཚོན་ཆ་ཐོབ། །

~~འདི་བདུན་བྲག་གི་འབྲུ་བདུན་~~  
ཡིན། །དྲག་གཞི་དཀོར་གསུམ་ཀུན་ལ་ངན། །གྲོད་ཆེན་གངས་ཉིན་བྲག་  
བཟང་། །བྲག་གི་བ་མ་ཅི་ལ་དཀར། །བྲག་གི་བ་མ་གྲོད་ལ་དཀར། །  
༥ རྩོད་པ་རི་དྲགས་སྒྲ་ཉགས་ཀྱི། །སྒྲོ་བརྒྱག་དང་ནི་བྱིས་སྤྱ། །སྒྲོ་རི་སྒྲོད་  
བབས་ན་བཟང་། །ཡལ་ཆེར་དྲག་ཕྱའི་ཁོག་དང་མཆུངས། །

༥ དྲག་པོ་མཐུལ་ཡི་ལས་བྱེད་ན། །ལྟ་སར་བདྲག་སྐར་མ་དགོས། །དྲག་སར་  
བདུད་བྲག་སྐྱོད་དགོས། །གང་བསྐྱབ་ལྟ་ཡི་སྒྲ་མདུད་ནམས། །རང་སར་  
འཁོར་ཞིབ་བྱིས་སྤྱ། །སྒྲོ་བརྒྱག་ངན་སྒྲིགས་རིགས་བབ་ནས། །བཅུ་གསུམ་  
ཅེ་འཛིན་ཁ་ལང་དང་། ཅེ་མ་ལ་སོགས་བབ་པ་ན། །དྲག་པོ་མཐུལ་སྒྲན་པ་  
རྒྱས། །ཞིབ་པར་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱ། །

༥ དེ་ནི་ཤོ་རྒྱན་རྒྱལ་པམ་དབྱེད། །གཉིས་པ་ངན་ཞིང་གསུམ་བཟང་ན། །  
རྒྱན་ལས་རྒྱལ་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །སྒྲིན་དིང་སོ་ཡོན་སྒྲོ་བར་གསུམ། །བརྒྱག་  
ན་རྒྱན་ལྟ་སྒྲན་གསུམ་ཡིན། །ལྟ་ངན་དྲག་བཟང་ཤོ་རྒྱལ་ལོ། །ཤོ་དོ་བཟང་  
གསུམ་ཤོ་ལྟ་ཡིན། །དགུ་ངན་བཅུ་བཟང་མདའ་རྒྱལ་ལོ། །དམུ་དག་བརྒྱག་  
བཟང་མདའ་ཡི་ལྟ། །ལྟ་ངན་བདུན་བཟང་དྲ་རྒྱག་རྒྱལ། །ཡི་ཡན་བཟང་རིགས་  
རྒྱག་གི་ལྟ། །དེ་བཞིན་རྩ་ལ་འགན་ལ་སོགས་པར། །ལྟ་བདུན་ལ་སོགས་བྱི་  
ནང་དབྱེད། །ཀྱེ་བ་སང་དེ་ཨ་ཁང་སོགས། །སྒྲོ་དང་གྲོས་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་ལྟ། །  
ལྟ་བྱུང་གང་ཅེ་རུ་དཀར་སོགས། །དཔའ་དང་རྩོ་སོས་རྒྱལ་བའི་ལྟ། །ཤ་རིང་

སྒྲོ་ཆེ་བསམ་འབྲུལ་སོགས། །བསོད་ནམས་བསམ་པ་འབྲུལ་བའི་ལྟ། །ལྷགས་  
ཁྲ་དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་སོགས། །ཆེ་བཅན་མཐུ་ཡིས་རྒྱལ་བའི་ལྟ། །གལ་  
བར་སྤང་ཆེན་ཐོད་དཀར་སོགས། །སྒྲོ་བས་དང་བརྩེད་དང་ལྷགས་གྱི་ལྟ། །  
སྤང་ཐེ་ཁ་ལང་ཆེན་པོ་སོགས། །ལྟ་དང་ཐེར་མའི་ལྷགས་གྱིས་རྒྱལ། །རྒྱང་  
སྤང་དྲུང་མོད་ལ་སོགས་པ། །རྩལ་དང་ཆོན་གྱིས་རྒྱལ་བའི་ལྟ། །མུས་ཡ་རུ་  
དེལ་དཀར་སོགས། །གངས་དང་དབྱངས་གྱིས་རྒྱལ་བའི་ལྟ། །དེ་སོགས་ཁས་  
དག་རང་སར་བཟང་། །སྒྱུ་མ་ཆེ་མ་ལི་ཡན་སྟོང་སྟོང་དང་། །སོ་ཡན་ངོ་འཇུག་  
གནག་པ་སོགས། །ཁྱི་ས་དབྱ་ཡི་མལ་དུ་གཅིས། །དེ་ཚུགས་བབ་ན་རང་ཉིད་  
རྒྱལ། །

༥ དཔེ་དགུ་པ་ནད་ལྷ་བཤད་པ་ལ། །དང་པོ་ལེགས་ཉེས་བརྟག་པ་དང་། །  
བར་དུ་ནད་གྱི་ངོས་འཛིན་དང་། །ཐ་མར་སྒྲན་དབྱུང་རིམ་གྱོ་སྟེ། །ས་བཅད་  
གསུམ་གྱིས་བསྟན་པ་ལས། །དང་པོ་བཟང་བོ་དབྱུང་པ་ལ། །སྒྱི་ཡི་དབང་  
དུ་བྱས་པ་ནི། །གཅིག་ནད་གཞི་ཡིན་པས་ཡང་ན་བཟང་། །གཉིས་རྟེ་ཁང་མ་  
འབྲས་དོན་བཟང་། །གསུམ་སྒྲན་པ་མ་འགྲོད་དགའ་ན་བཟང་། །བཞི་སྒྲན་  
ཐོར་བདུད་རྩིས་གང་ན་བཟང་། །ལྷ་གཏམ་འདྲི་སྒྲན་ལམ་འཇམ་ན་བཟང་། །  
དུག་རྟེན་མ་མ་འཐོར་དམན་བཟང་། །བདུན་རར་མའི་ཉལ་ས་གང་ན་བཟང་། །  
བརྒྱད་སྒྲན་སྟོང་ཆེ་བ་བདུད་རྩིས་གང་ན་བཟང་། །དགུ་ལེའུ་མ་འགྲོད་གཏོ་  
སེལ་ཡག་ །བརྩ་གནམ་སྟོར་དུ་བ་མ་འཐོར་དགོས། །བརྩ་གཅིག་ངོ་སོར་ལྷ་

ངན་མ་ལང་དགོས། །བཅུ་གཉིས་ཤི་གསོན་ས་མཚམས་ལ། །ནད་པ་གཤིན་  
ཡུལ་མ་ཆས་དགོས། །བཅུ་གསུམ་ཁྱི་ལུག་ལྟ་ས་ལ། །འདྲ་འཚོགས་མང་པོ་མ་  
ལང་དགོས། །སྤྱི་ཏེན་གལ་བར་སྐྱེར་སོགས་བཟང་། །སྤྱི་ཐོང་སར་དང་  
བྱ་ཡུན་བདུད་ཅི་བཟང་། །སྤྱི་པ་ལེའུའི་ས་རུ་ནི། །རྩང་ཟེགས་ལ་ངོ་བབས་  
ན་བཟང་། །ཁྱི་སར་འདན་པ་འཇམ་པོ་བཟང་། །བཅུ་གཉིས་སྐྱེར་དང་སྐྱིན་  
དིང་བཟང་། །ཆེས་ཐལ་བབ་པ་ངན་པ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་བརྒྱུག་མེད་དྲངས་  
མ་བཟང་། །རྩན་རྩན་ནད་པར་ངན་པར་བཟང་། །ལུས་ཀྱི་གནས་དང་སྦྱར་  
བ་ན། །གཅིག་འདི་རྒྱང་གཡས་གཉིས་རྒྱང་གཡོན། །གསུམ་འདི་བུས་མེའི་  
འཕང་ལོ་ཡིན། །བཞི་ནི་ཕོ་བ་གསུམ་པའི་ས། །ལྔ་ནི་ཅི་བས་གཡས་དུག་གཡོན་  
པ། །བདུན་འདི་སྒོ་སྒྲིང་འབྲེལ་ཐག་ཡིན། །བརྒྱད་འདི་དབུལ་བའི་མིག་གི་  
ས། །དགུ་ནི་ལག་པ་གཡས་གཡོན་ཡིན། །བཅུ་ནི་ལྷག་པ་མགུལ་བ་ཡིན། །  
བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་ངོ་ཚོ་གཡས་གཡོན་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་སྐྱི་པའི་གཙུག་  
རུམ་ཡིན། །གོང་རུབ་ལས་བཤད་དེ་ལྟར་ཡིན། །གཞན་ན་གཞན་དུ་བཤད་  
བའང་ཡོད། །དེ་ནི་རྩེ་ལྷ་བཅུ་གསུམ་བཤད། །རྒྱང་སྤྱར་དབང་པོའི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །  
མཚོ་སྒོག་གི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །སང་དུན་ཐག་སེམས་ཀྱི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །དྲངས་མ་གཡུ་  
སྒོན་མཆིན་པའི་རྩེ། །སྐྱིན་དིང་སྐྱོང་བརྒྱུག་ཕོ་བའི་རྩེ། །སྐྱེ་གསུམ་མཁེས་པའི་  
རྩེ་ལྷ་ཡིན། །ལུས་མཁེས་པའི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །རུས་དང་རུས་པའི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །སྦྱུམ་  
སེམས་གི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །སྦྱུམ་མཉམ་དབུགས་ཀྱི་རྩེ་ལྷ་ཡིན། །ཨ་ཁད་རྒྱད་ཀྱི་

རྩེའུཡིན། །མུས་ཅོད་པན་ལག་པའི་རྩི། །ཕྱི་མུར་རྒྱུད་པའི་རྩེའུཡིན། །སྒྲིེར་  
 བུ་སྒྲོ་པའི་རྩེའུཡིན། །དེ་རྣམས་བརྒྱུད་དང་བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་ལ། །  
 བབ་ན་ནད་པའི་རྩེའུཡིན། །ཡང་གཅིག་རྩེའུལ་པའི་བཤད། །ཤ་རིང་གཟུ་  
 བྱི་རྟ་སྐད་འཆེར་བ་དང་། །སྒྲིན་དེང་གསེར་གྱི་པ་མོང་མི་སྐད་སྒྲ། །ཐང་ལེ་  
 དྲུང་གི་བྱི་བ་ཁྱི་སྐད་ཟུག་ །སྒྲུམ་ཐོན་གཟུ་ཡི་ཁུ་བྱུག་འབྱུག་སྐད་ལྷིར། །ལོ་  
 མལ་ས་མལ་གར་བབ་ཀྱང་། །ནད་པ་མི་འཆིའི་རྩེའུཡིན། །བྱི་སར་བབ་ན་  
 ལྷགས་གྱི་འདན་པ་ཡིན། །ལར་རྩེའུམ་མང་རེ་རེ་བཟང་། །ཁྱད་པར་མ་འཕར་  
 ཁེར་བབ་བཟང་། །གཉིས་སུ་འཕར་ན་ན་ངོ་ཡིན། །གསུམ་བཞིར་འཕར་ན་  
 འཆི་ངོ་ཡིན། །སྒྲིེར་དང་སྒྲིན་དེང་ཤ་རིང་གསུམ། །གསུམ་ལ་རྒྱུད་གསུམ་སྒྲོག་  
 གི་རྩི། །བཞི་ལ་མནའ་མ་ལུ་བྱ་སྤིང་། །དུག་ལ་བྱུད་མེད་བདུན་དར་མ། །  
 བརྒྱུད་ལ་བརྩེ་དགུ་པོན་པོ། །བཅུ་ལ་མ་བྱི་བཅུ་གཅིག་སྒྲོ་འཛིན་དང་། །བཅུ་  
 གཉིས་ཁང་པོ་བཅུ་གསུམ་རྒྱལ་སྒྲོན་རྩི། །ལོ་མལ་གར་བབ་དེ་དེའི་རྩེའུཡིན། །  
 བན་པ་རྣམས་ལ་བཟང་བར་བཤད། །དེང་དེང་སྒྲིན་དེང་གལ་པར་གསུམ། །  
 འཕྱིལ་པའི་རྩེའུཡིན་པས་ན། །ནད་པ་བྱི་འཕྱིལ་བྱེད་པ་ཡིན། །བདུན་ལ་བབ་  
 བ་མི་མི་འཆི། །ནད་པ་གསིན་རྒྱའི་འགམ་ནས་ལོག། །བདུན་བྱེད་ལུར་བརྒྱུད་  
 ལ་བྱ་ཤིང་ན། །སྒྲིས་པ་དར་མ་འཆི་ངོ་ཡིན། །དྲུངས་མ་བུ་བརྒྱག་ཅན་བབ་  
 འཆི། །སྒྲིགས་མ་བབས་ན་མི་འཆི་ལོ། །ཡང་བདུན་གྱི་གལ་པར་བབ་ནས་སྒྲ། །  
 བརྒྱུད་གྱི་སྤྱིང་གི་བབ་ལུགས་ལ། །སོ་ཡོན་སྤྱང་ཆེན་འཕྱི་ཐག་བདུད་ལས་

ལོན། །ཕུང་ཁད་གཟུང་དགུའི་ཁན་ས་བདུད་ཅི་ལོན། །སྒོ་བར་གྲང་ཆེན་འདམ་  
མིག་ནང་ནས་ལོན། །སྒྱུ་མ་སྒོན་བན་གྲང་ཆུ་མིག་ནང་ནས་ལོན། །འདི་རྣམས་  
གང་བབ་ནད་པ་མི་འཆིའོ། །བདུན་དན་བརྒྱད་བཟང་མཐའ་མིག་ཡིན། །  
བདུན་བཟང་བརྒྱད་དན་མཐའ་ལ་རྩྱད། །སོ་ཡོན་རྟིང་བཤལ་སྒོ་རྟིང་བཤལ། །  
སྒྱུ་མ་དུངས་མ་བརྟོད་པའི་རྩེའུ་ཡིན། །བརྩུག་ཅིག་དག་ལ་བབས་ན་བཟང་། །  
ཕུང་ཁད་ཕུང་བྱལ་ལ་སྒྱུ་མ་གསུམ། །འདི་གསུམ་བྱིང་ལོག་རྩེའུ་ཡིན། །བརྒྱད་  
ལ་བབ་ན་དེས་བ་ཡིན། །བཞི་ཡི་སང་རིགས་ཁེར་འདུག་སྟེ། །སྒྲས་སྒོག་འཆོ་  
བའི་རྩེའུ་ཡིན། །བདུན་གྱི་སྒྱུར་ལེབ་ཁེར་འདུག་སྟེ། །གཤམ་སྒོག་འཆོ་བའི་རྩེའུ་  
ཡིན། །བརྩུ་ཡི་སྒྱུ་མ་སྒོན་ཁེར་འདུག་དེ། །གསང་སྒོག་འཆོ་བའི་རྩེའུ་ཡིན། །  
བརྒྱད་གྱི་དན་དགུ་ཁེར་འདུག་དེ། །ཤར་མ་གཉན་སྒོམ་རིའི་གོང་བ་དེར། །  
ཤ་བརྒྱད་བ་ཤི་རྒྱད་ཤོར་ནས་ཐར། །སྒྱེས་བ་མི་འཆིའོ་རྩེའུ་ཡིན། །དགུ་ཡི་  
སྟེར་གྱི་སྒྱུ་མ་སྒོན་དེ། །ཐོན་ཐོན་དན་པ་མི་འཆིའོ་རྩེའུ་ཡིན། །བརྒྱད་སོ་ཡོན་བན་  
དེ་ནད་པའི་རྩེ། །འདི་རྣམས་ཁེར་འདུག་འདི་བཞིན་བབ། །ཁ་ཆེམས་བཞག་  
ཀྱང་འཆི་མི་སྟིང་། །གཞན་རྩེའུ་ཉེར་གཉིས་སོགས་བཤད་ཀྱང་། །མ་སྒྲོས་སྟིང་  
ཐོ་འདི་རྣམས་ཡིན། །སྒྱིར་བཏང་ནད་པའི་སྒྱིང་རྩེའུ་ཤུག །ཡི་ཡན་རྩེ་དོ་ཡི་  
ཡན་དང་། །མུ་ཁ་ཡི་ཡན་སྒྱིར་ཡི་ཡན། །བྱ་རལ་ཀྱའོང་གཡུ་ཕུང་བྲག །འདི་  
དུག་ཐོས་མོས་གར་བབ་ཀྱང་། །ནད་བ་དེ་དང་དེ་ཡི་རྩེའུ་ཡིན། །ཡང་མཉེན་  
བྱེད་གྲང་པའི་སྒྱུ་མ་ཁར་དེ། །གས་ཆག་བྱེད་བ་སྒྲ་བྲག་བྱ་རལ་ཡིན། །ཉན་



བྱེད་ན་པའི་འཛེར་བུ་སོ་ཡོན་རྟིང་བཤལ་ཡིན། །ལྟ་བྱེད་ཐིག་གི་ཡིང་ཐོག་སེ་  
 རྟིང་ནག་ཐོག་ཡིན། །སྒྲོམ་བྱེད་སྒྲ་ཡི་དབྱགས་ཆད་རྟིང་གི་སྒྲུམ་མཉམ་ཡིན། །  
 སྒྲ་འདོད་ལྷེ་ཡི་རྩ་ཆད་རྟིང་གི་ཨ་ཁད་ཡིན། །དྲུང་སོ་སྒྲུམ་རྩ་སྒྲིན་ཐོས་ན་འབན་  
 རྟིང་རྒྱུང་ཡིན། །སྒྲོབ་བྱེད་ལག་པར་གཟུང་ཐོག་བྱ་མེད་སྟེ་སྟོད་ཡིན། །རུས་  
 ཆེན་འཐོར་ཞིག་བྱེད་པ་ན་འབན་རྩལ་མོ་ཡིན། །རྒྱ་རྒྱས་བྱ་བ་གཅོད་མི་སྒྲོ་གོད་  
 མ་ཟེ་ཡིན། །སྒྲོག་རྩ་བྱ་དགུ་གཅོད་པ་རུ་སོད་སྒྲོ་བརྒྱག་ཡིན། །སྒྲོ་བ་དབྱགས་  
 མཆོ་འགས་པ་དམ་བྱག་ལུང་བྱལ་ཡིན། །རྒྱུ་ཤེས་བྱེད་རྒྱུང་སྒྲུང་བ་རྒྱུ་དོ་ལི་  
 ཡན་ཡིན། །འག་མཆོ་མཆོན་པ་འགས་པ་སྒྲུམ་བྱག་ལུང་རལ་ཡིན། །རྒྱ་མཆོ་  
 མཁལ་མ་འགས་པ་སྒྲུམ་ཆད་སྒྲོ་བརྒྱག་ཡིན། །མཁྱིས་པ་གསེར་ཁུ་པ་ལུང་  
 ཐང་ལེ་མ་བརྒྱག་ཡིན། །པོ་བའི་དར་ཤ་ཆད་པ་ལི་ཡན་སྒྲུ་བོ་ཡིན། །རྒྱ་མའི་  
 རྒྱུང་ཐག་ཆད་པ་སྒྲུམ་གྱི་དན་རིགས་ཡིན། །རྒྱུང་པ་གྲུམ་པས་བཟུང་བ་སྒྲོ་བར་  
 ཞར་བ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་རྟིང་ཆེན་ཡལ་བ་སྒྲུམ་དཀར་ལི་ཡན་ཡིན། །དེ་རྒྱམས་  
 ལུས་ཀྱི་དག་གཤེད་ཡིན། །ནད་པའི་མོ་ལ་གང་བབ་དན། །བཟང་དན་བྱེ་བྱག་  
 བཤད་པ་ལ། །དང་པོ་བཟང་བའི་སྟེ་ཆོན་ལས། །ནད་པའི་རྩེ་ཕྱུ་བཙུ་ག་སྒྲུམ་  
 བཤད། །གཅིག་གི་སྒྲུམ་བྱག་སྒྲོན་པོ་དེ། །བྱི་བ་ལོ་བའི་རྩེ་ཕྱུ་ཡིན། །དེ་བཞིན་  
 ལོ་མལ་མོ་མདུད་སྒྲུར། །གལ་བར་ལུང་། །དེ་ཆེན་ལྷི་བུར་རུ་སྒྲོན་དང་། །  
 དམ་དག་བརྒྱག་ཅེན་ལི་ཡན་སྒྲུ་མོ་དང་། །བྱ་ཡན་དང་ཕྱེ་ཨ་ཁད་ཕྱེ་མ་  
 དང་། །སྒྲིན་དིང་གཡུ་ཐོག་ཆོལ་ལེ་ལུག་གུ་དང་། །སྒྲུམ་རྒྱུང་ཀ་སྒྲུམ་པ་བྱ་

༡༡རལ་ལག་དཀར་དང་། །སྒྱུ་ལེ་བྱ་བ་རྒྱག་༡༥ལྷང་སོགས་སོ་སོའི་རྩི། །  
 བཅུག་སྒྱུ་མ་སྒྱུ་བྱ་ཡུན་དེ། །ནད་བ་ཀུན་གྱི་རྩི་ལོན། །གཞན་ཡང་འདྲ་མིན་  
 ཏུ་མར་མཆིས། །ད་ནད་བའི་ཤོ་ལ་མ་བཅུག་སྒྱུ་བཤད། །ལོ་མལ་བཅུག་ཉིས་  
 རང་རང་དང་། །བཅུག་སྒྱུ་མ་ནད་བ་ཀུན་ལ་ནི། །སྒྱུར་བ་འོག་མ་རྣམས་སྒྱུ་  
 ཡང་། །ཤེས་བར་བྱ་བ་སྒྱུར་བ་ཏང་ནས། །སྒྱིན་དེང་གཡུ་ཐོག་༡དང་ནི་སྒྱུར་  
 ༡དང་ནི། །བག་ཆོ་གཡུ་༡མིག་བྱ་ཡུན་ཡམར་མོ་དང་། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་  
 ལྷོ་བར་ལེང་ཀུན་དང་། །དུས་དག་བརྒྱག་ལ་ཅན་སྒྱོ་ཆོ་གླིང་བརྒྱག་པ་དང་། །  
 རྒྱུང་བརྒྱུང་ལམ་ཆལ་ཐིག་སོ་སངས་༡གླིང་བརྒྱག་དང་། །བྱོད་ལུར་༡དང་ནི་  
 སྒྱིན་༡འདིང་མོ་མ་དང་། །ལྷི་བུར་༡འདྲ་སྒྱོན་བཤོ་ལ་མ་བཅུག་སྒྱུ་ཡིན། །འདི་  
 རྣམས་གང་བབ་ནད་བ་མི་འཆིའོ། །བཅུག་ཉིག་བྱོད་ལུར་ནད་གཞི་ཡར་ཡར་  
 དང་། །བཅུག་ཉིས་སྒྱིན་དེང་གི་གསོན་བར་གྱི་རྩི། །འདི་གཉིས་ནད་བ་སྒྱི་ལའང་  
 བཟང་བར་བཤད། །ནད་བའི་འཕྲོས་འི་བཅུག་སྒྱུ་མ་ནི། །སྒྱུ་མ་སྒྱུ་མོ་༡དམར་  
 ཐོག་སྒྱུ་མོ་ལྷོད་པ་དང་། །སད་ལིང་བྱི་ལ་མིག་༡སྒྱུར་གྱི་གླིང་བརྒྱག་དང་། །ལི་  
 ཡན་སྒྱུ་མོ་སྒྱུ་མ་དཀར་བྱ་བ་རྒྱག་པ་དང་། །སད་སྒྱུ་མོར་རྒྱུང་ལ་སྒྱུ་མ་རྒྱུང་བུ་  
 བ་པ་དང་། །སྒྱེ་ལ་མོ་ལྷོ་ཐོང་དུས་དག་དཔའ་རྒྱོད་༡དང་། །རེ་སྒྱུ་ནི་༡སད་  
 དེ་ཨ་ཁད་༡དང་། །རྒྱ་སྒྱར་འབྲུག་ཐོག་༡རྣམས་ནི་འཕྲོས་འི་ཡིན། །ཡང་  
 གཅིག་ནད་བའི་རྒྱུང་ས་བཅུག་སྒྱུ་མ་ནི། །སྒྱིན་དེང་༡གཙང་མ་བྱ་རལ་གཙང་  
 མ་པ་དང་། །སྒྱུ་མ་བྲག་༡རང་རྒྱ་གལ་བར་རུ་ཐོག་དང་། །ཚེ་རའང་ཐོག་འི་

སེ་རྒྱ་ཅི་དང་། ཨ་ཁད་ཅེ་མ་ལ་ཆོ་དཔའ་མདུད་དང་། འིང་དིང་ལྷགས་  
 ཁ་སྐྱུམ་ཚུང་། འུམ་པ་དང་། འན་ཚུང་། འུམ་པ་ལ་སོ་སོ་མེད་སྟག་། འེེས་  
 དང་། སྐྱིན་དིང་། འག་ཅང་མ་ནད་པའི་སྐྱུངས་ས་ཡིན། འད་པའི་སོས་དོ་བཅུ་  
 གསུམ་བཤད་པ་ནི། སོ་སང་། དང་ནི་སོ་སྟོད་དང་སྟོ་བར། འགལ་བར་ལ  
 རུ་ཐོག་བྱ་ཡུན་དང་ཅེ་དང་། བྱ་རལ་དང་ནི་བྱ་མེད་སོ་སྟོད་དང་། ཅང་  
 ཀྱན་བྱུང་པ་དཔའ་སྟག་ཡམ་པ་དེ། སྟོ་བར་། མཛོ་རུམ་ཟེ་རམ་། ཐིག་  
 དང་། ལུ་ས་དེལ་། དཀར་སྐྱིན་དིང་གཅང་མ་། འད་པ་རྣམས་ཀྱི་སོས་  
 དོ་ཡིན། འད་པའི་རྩར་ལོག་བཅུ་གསུམ་ནི། བག་ཁྱི་། སྐྱུམ་སྟོན་སྐྱུང་སྐྱུང་།  
 དང་། བྱ་རལ་ཐང་ལེ་ལུ་ས་དང་། ལི་ཡན་སྐྱིན་དིང་དིང་བརྒྱག་དང་།  
 ཤ་རིང་། སྟོ་ཆོ་རེ་སེ་། དང་། ལི་ཡན་། འབག་ཁྱི་། འན་པ་རྩར་ནས་ལོག་།  
 འདི་རྣམས་བཟང་བའི་སྟེ་ཆོན་ནོ། ཡང་ནི་དན་པའི་སྟེ་ཆོན་བཤད། འད་པའི་  
 བདུད་ཆད་བཅུ་གསུམ་ནི། འན་ཐོག་སེ་། སྟོད་གལ་བར་སྟོ་བརྒྱག་དང་། འ  
 ཨ་ཁད་སྟོ་བརྒྱག་དཔུང་ག་བརྒྱག་ཅན་དང་། འིང་དིང་ཆུ་སྟོ་ཆུ་གི་མེ་སྟག་  
 དང་། བྱ་མེད་སྟེ་སྟོད་སྐྱུམ་སེ་ནག་ཐོག་དང་། འིང་དིང་དཔལ་དཀར་ལུ་  
 ས་ཤོར་ཁུང་། དང་། དཔལ་རམ་། བྱ་རལ་དཀར་ཐོག་གཡུང་རྩུང་། དང་། འ  
 སེ་སྟོད་། སྟོ་བརྒྱག་ནད་པའི་བདུད་ཆད་ཡིན། འད་པའི་རྩར་ལྷགས་བཅུ་  
 གཉིས་དབྱེད། བརྒྱད་ལ་རྩྱུང་ན་འབན་ན། བྱི་བ་ལོ་པའི་གི་ཆོས་རན། འ  
 དེ་བཞིན་བརྒྱད་མིག་ཁོ་ན་ལ། རྩྱུང་ན་རྩྱུང་ནི་ག་སྐྱུང་ལོ་དང་། རྩྱུང་གི་

སྤྲུལ་མཉམ་སྤྲུལ་ལོ་པ། རྟོང་སྤྲུལ་ཆུན་ལོས་བྱ་ལོ་པ་དང་། རྟོང་གི་མྱ་བེ་  
 འབྲུག་ལོ་པ། རྟོང་གི་ཨ་ཁད་སྤྲུལ་ལོ་པ། རྟོང་གི་སྤྲུལ་ཆུན་ཏེ་ལོ་པ། རྟོང་  
 གི་ཐུང་བརྒྱུད་ལུག་ལོ་པ། རྟོང་གི་རབ་ཆོད་སྤྲུལ་ལོ་པ། རྟོང་གི་ནག་ཆུང་བྱ་  
 ལོ་པ། རྟོང་གི་ཐུང་ཁད་ཁྱི་ལོ་པ། །ཤ་རིང་རྟོང་རྟོག་པལ་ལོ་པ། རྟུང་དུ་ལྷག་ས་  
 པས་ཤི་ཆོས་རན། །ཡང་གཅིག་དུང་འདས་བཅུ་གསུམ་ནི། །སོ་ཡོན་ཉ་ནག་  
 མོ་སྤྲུང་ནག་པོ་དང་། རྟོང་ཐུང་ཉ་ཁད་ནག་ཐོག་སེ་སྤྲུང་དང་། ཐུང་བར་ཨ་  
 ཁད་ཐུང་བྱ་ལོ་པ་དང་། བྱ་ཡུན་ཉ་རྟོག་མོ་ལིང་ར་ནག་ཐོག་དང་། །སྤྲུལ་མཉམ་  
 སྤྲུལ་བརྒྱུག་ཐུན་དམར་སེ་སྤྲུང་ཉ་དང་། །ཐོམ་བ་ཉ་མགོ་འཁོར་དུ་སྤྲུང་སྤྲུལ་  
 ཉ་དང་། མྱ་བེ་ཆར་བ་ཉ་ཉ་ཁད་བདུང་དུ་འདས། རྟུང་ཁ་ཆོ་བསྤྲུག་མར་དུ་  
 བྱ། །ཁད་པའི་ཆོ་ཆད་བཅུ་གཉིས་ནི། །བཅུ་གཅིག་གོང་ཆོ་དུན་དུན་ནི། །བྱི་  
 བ་ལོ་པའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། །དེ་བཞིན་བཅུ་གཅིག་ཁོ་ན་ལ། བྱ་རལ་སྤྲུལ་བརྒྱུག་  
 གྲུང་ལོ་པ། །སོ་ཡོན་སྤྲུལ་བརྒྱུག་ཏུ་ལོ་པ། །སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལོས་བྱ་ལོ་པ། །རྟུང་  
 སྤྲུལ་སྤྲུལ་འབྲུག་ལོ་པ། །སྤྲུལ་ཆར་བ་སྤྲུལ་ལོ་པ། །སོ་ལ་ཁ་རྟོག་མོ་ཏེ་  
 ལོ་པ། །དིང་དིང་སྤྲུལ་བརྒྱུག་ལུག་ལོ་པ། །ཐུང་བྱ་ལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལོ་པ། །ཐུང་  
 ཁད་སྤྲུལ་བྱ་ལོ་པ། །ཨ་ཁད་སྤྲུལ་ཁྱི་ལོ་པ། །སོ་ལ་ཁ་སྤྲུལ་པལ་  
 ལོ་པ། །དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་ཆད་རྫོགས། །དེ་ནས་སྤྲི་ཁོག་དབྱུང་བ་ལ། །མི་  
 སོས་འཆིང་བསྟན་བ་ནི། །ཁད་བ་སྤྲི་ཡི་ཆོ་ཆད་ལ། །བཅུ་གསུམ་བརྒྱུག་ཁ་  
 བཟང་ཆེན་དང་། །ལོ་བདུད་རན་བ་ཆོ་ཆད་རྫོགས། །གཅིག་དང་བཅུ་གཅིག་

ལན་དབྱང་ལས། འིང་དིང་ལན་དུ་བྱ་རལ་ན། འདྲུང་ཐོན་ཁོལ་དུ་བྱང་པ་  
 ཡིན། ཡ་རབ་ནད་པའི་ཆོ་ཆད་ཡིན། བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་སོ་ཡོན་ན། ཉི་མ་  
 ཐུན་པས་བསྐྱིབས་པ་ཡིན། སྒྲ་མ་ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་ངན། བག་ཆོ་ལི་ཡན་  
 ཡུག་པོར་ངན། འཁྱོ་སྒྲིན་རྒྱུད་གིས་གཏོར་པ་ཡིན། སྒྲིན་དིང་འབྲི་མིག་འབྱེལ་  
 བ་དང་། བྱ་རལ་ལུམ་གསུམ་གཙོ་པོར་ངན། འོག་མོ་གཞུང་ནས་རལ་བ་  
 ཡིན། གཡུ་གུར་ལུམ་གསུམ་བྱང་མེད་ངན། གཡུ་ཡི་ཚུ་མིག་སྒྲམ་པ་ཡིན། ར་  
 ར་ཅི་དཀར་ཐོག་སེ་སྟོང་བྱང་མེད་ངན། མེ་ཏོག་སང་གིས་ཁྱེར་པ་ཡིན། འེ་  
 སོགས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པར་བྱ། ཡང་བཞི་བརྒྱད་ལན་གྱི་བབ་ཚུལ་ལ། ལི་ཡན་  
 ལན་དུ་སྒྲིར་དེའུ་དཀར། གཡང་གི་རྒྱ་མཆོའི་ལྗེ་བ་བྱང། ཨ་ཁད་ལན་དུ་རེ་  
 བེན། རྒྱ་སྟག་ངར་མའི་ཆོ་ཆད་རྫོགས། སྟག་རལ་ཅན་ལ་ངན་པར་བཤད། གཅིག་གི་  
 རྩོད་ཐུར་གཉིས་སྟོག་དམར། གསུམ་ལ་སྟོ་བར་སྟོ་བརྒྱག་ན། རྩོག་  
 རྒྱུད་དུང་འཁོར་བས་ཁྱེར། སུ་ཆ་གཅིག་གི་ཆོ་ཆད་ཡིན། འེ་སོགས་བབ་  
 ལན་དབྱེད་པ་འདི། འད་པ་ཁོན་ར་མ་ཟད་ཀྱི། གཞི་བྱ་སྟོག་བྱ་སོགས་ལ་འང་  
 དབྱེད། ཡང་སང་དང་སང་ཁམས་ལ་སོགས་པ། འདྲ་བཞིར་བསྟུང་པ་འཆི་  
 བའི་ངོ་། བྱི་ས་བཞི་ལ་འད་དེ་དང་འདྲ། གང་བསྟུང་ཐམས་ཅད་བཅུ་གཉིས་  
 དང་། བཅུ་གསུམ་ཐལ་ན་འཆི་ངོ་ཡིན། སྟོང་དག་བྱས་ན་ལོ་གཅིག་བསྟོག། བྱི་  
 སྟེང་དགོན་པར་བསྟུང་ན་ལོ་གཉིས་བྱལ། འབྲུག་བྱང་ན་ལོ་གསུམ་གོགས་  
 དེ་བསྟོག། འིག་སྟགས་བསྐྱབ་ན་རིང་པོའི་མཐར་ཡང་འཆོ། མ་ཟེ་བཙན་

ལ་རུ་སོད་བདུད། ཁ་འབའ་གཉན་དང་ཚུ་སྤར་ནི། གཤེན་རྗེའི་རོ་འཛིན་  
ཡིན་པར་བཤད། ཉི་མ་བྲག་ནི་མ་ཡམ་དང་། ཁྲོག་དམར་མ་ཡམ་རོ་འཛིན་  
ཡིན། རོ་འཛིན་དེ་རྣམས་གཉིས་དང་ལྔར། བབས་ན་རོ་འཛིན་ལག་པ་  
བརྗེས། ལན་དུ་སེ་སྟོད་རྩྱང་རིགས་ན། རོ་འཛིན་ལག་པ་དམར་བ་ཡིན། །  
བྱ་རལ་བབས་ན་རོ་འཛིན་ལག་པ་ཆག ལི་ཡན་རོ་འཛིན་ལག་པ་སྟོང་། །མ་  
ཆོ་བབས་ན་རོ་འཛིན་སྒྲིངས། གཞན་ཡང་རྟོ་འཛིན་ལན་དུ་རུ་སོད་ན། རོ་མ་  
བྱ་རུ་བཅུགས་པའི་རོ། ཆོ་ལ་ཆོ་བྱོད་ལུང་འདེས་པ་ན། སྒྲིན་ལྷག་མཚུན་གྲལ་  
བསྟེགས་པ་ཡིན། རུ་སོད་སྒྲིན་དིང་ཅེ་ར་གསུམ། སྒྲིན་མེད་པར་འདེས་  
པ་ན། ལྷ་རོ་རི་ལུང་བསྐྱར་པ་ཡིན། བྱ་ཡན་ཨ་ཁད་འདེས་པ་ན། རུ་བ་མེ་  
ལྷེ་འདེས་པ་ཡིན། བག་ཆོ་བརྒྱག་ཅན་འདེས་པ་ན། བརྒྱག་སྒྲིང་རྒྱག་དང་  
འཛོམས་པ་ཡིན། མ་ཆོ་ཅེ་ར་ཡར་དིང་གསུམ། འདེས་ན་བྱ་ལྷུང་མཁའ་དང་  
འཛོམས། ཤིང་ཤག་རྩྱང་རིགས་འདེས་པ་ན། རོ་ཤིང་སོལ་བ་འདེས་པ་ཡིན། །  
རྩྱང་དང་ཨ་ཁད་འདེས་པ་ན། སྒྲེའུ་གུམ་བ་འདེས་པ་ཡིན། སྒྲིན་མེད་པར་  
སུམ་མཉམ་དང་། བཅུ་གསུམ་རྩྱང་གི་སྟེགས་མ་ན། རི་སྒྲིང་ཤན་དུ་ཞུགས་  
པ་ཡིན། སྒྲིན་མེད་པར་ལི་ཡན་དང་། བཅུ་གསུམ་རྩྱང་གི་སྟེགས་མ་ན། །  
རྩྱང་ཁམས་དབྱིངས་སུ་འཕྱོ་བ་ཡིན། རེ་བཞིན་ཨ་ཁད་མེ་ལྷེ་དགུང་དུ་ཆད། །  
སྒྲིན་རིང་ས་གཞི་གནམ་དུ་གཡོས། བཅུ་  
གསུམ་སྟེང་དུ་འབྱུང་ཁམས་ནི། རང་རང་སྟེགས་མ་བབ་ན་ཡིན། འདི་རྣམས་

ལུང་ཟིང་ནད་པ་འཆི་དོ་ཡིན། །གཞན་ཡང་གཡུང་རྒྱུང་མང་བ་ནི། །རྒྱལ་པོ་  
གྲལ་དུ་བྱས་པ་ཡིན། །བྲག་མང་ན་སྒོན་པོ་ཁྲོམ་རྒྱག་བྲལ། །དིང་དིང་མང་ན་  
གཙོ་བོའི་མཛུན་ཁུ་གྱོན། །ཡར་སྤང་མང་ན་རྒྱུང་དཔོན་འབྲུ་བཅུགས་ཡིན། །  
འཐོར་བ་མང་ན་ཁྲོམ་པ་འདུས། །མདོར་ན་བསྟུང་པ་མང་བོ་ནི། །འདུ་ཆོགས་  
བྲེལ་བ་མང་བ་ཡིན། །ཤིང་ཤག་ཤིང་ཐུན་སྒྱུམ་བྲག་ཆུ་ལེན་ཡིན། །སྒྲི་རིགས་  
བསྟུང་ན་ཤིང་སྒྲོམ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་བསྟུང་ན་རྩོ་ཁང་ཡིན། །བྱ་ཡུན་བསྟུང་ན་  
མར་མེ་ཡིན། །ཆོལ་ཆེ་བསྟུང་ན་རྒྱུང་བརྒྱག་ཡིན། །ཕ་ཆོ་བྱ་ཡུན་གཤོག་དར་  
ཡིན། །སད་ལིང་དགར་ཐོག་རྒྱུང་འདས་ཡིན། །སད་སྒྲ་གྱེར་རྒྱུང་རྒྱུང་བོན་  
ཡིན། །རྒྱུང་སྒྲར་ཕྱི་བྱུང་རྒྱུང་ནག་ཡིན། །གྱེ་བ་གྱེ་ལེ་རྒྱུང་ས་ཡིན། །སྒྲ་བཙོང་  
ཆོལ་ཆེ་སྒྲོ་བརྒྱག་རྒྱུང་ཐག་ཡིན། །རྒྱ་སྒྲིན་འདབ་སེར་རྒྱུང་རྒྱ་ཡིན། །སྒྲ་བྲག་  
རུ་སོང་རྒྱུང་བྱིད་ཡིན། །རུ་སོང་རྒྱུང་རྩོ་རྒྱུང་ཐབ་ཡིན། །རྒྱ་སྒྲར་ཕྱི་བྱུང་རྒྱལ་  
མལ་ཡིན། །ལི་ཡན་རྒྱུང་གྱི་ཟན་ཐོར་ཡིན། །ཨ་ཁད་མེ་ཡིན་སོ་ཡོན་རྒྱ་བ་  
ནག །སེ་སྟོང་བཅུ་གསུམ་ཐོག་རོལ་ཡིན། །བརྟུང་བ་ཐམས་ཅད་གཏམ་དྲི་  
ཡིན། །རྒྱ་སྒྲར་ཅི་ར་འདྲེས་པ་ན། །མེ་དང་རོ་རྒྱུང་འདྲེས་པ་ཡིན། །དེ་སོགས་  
དན་རིགས་དབྱུང་བར་བྱ། །བཀྲ་བཅུན་རྒྱུང་ལམ་བཅུག་ཉིས་ཡིན། །དར་མའི་  
རྒྱུང་ལམ་ལྷ་ལ་དབྱུང། །རྒྱུང་གསུམ་རྒྱུང་ལམ་གཉིས་ལ་དབྱུང། །ལི་ཡན་རྒྱ་  
སྒྲར་ན་འབན་དང་། །མ་ཟེ་སྒྲོ་བཞི་རུ་སོང་དང་། །ཐང་ལེ་ཤག་ལེ་བབ་ན་  
ཐུས། །བཟང་རིགས་བབ་ན་རྒྱུང་སྒྲོ་བཞི་ལ། །བྱོད་ཐུར་བསྟུང་ན་གཟེར་རོ་

ཡིན། ཁྲིའི་དེང་བསྐྱེད་ན་རྒྱལ་འདྲེ་དོ། །བསྐྱེད་པའི་སྣ་ལ་གང་བྱུང་བའི། །  
ཁམས་ཀྱི་མདུད་པ་ཅན་ལ་ངན། སྟིང་མིག་སྟོག་གསུམ་རང་སྟན་གསུམ། །  
གྲོག་མས་གསེར་ཁུང་ཤོར་བ་ཡིན། ཁྲེ་ཡི་བརྩུག་སུམ་བྱ་རལ་ན། གྲོག་རྟེན་  
སྣ་རེས་བཅད་པ་ཡིན། སྟིང་མིག་སྟོག་གསུམ་བྱ་རལ་གྱི། བརྩུག་སུམ་རང་  
སྟན་བབ་བན། གྲོག་མས་གསེར་ཁུང་རྟེན་པ་ཡིན། ཁྲེ་སྟོག་སྐད་བྱུད་པ་མང་  
པོ་དང་། སྟིང་མིག་སྟོག་གསུམ་བཟང་གསུམ་ངན་གསུམ་དང་། འབྲུག་སུམ་  
དག་གི་ཚེ་མོ་ལ། གང་བབ་འབྲས་བུ་རྣམ་མང་པོ། གཞན་དུ་བཤད་པ་བཞིན་  
དུ་བརྟག། ཁྲེ་མི་སྟོན་འཆི་དོད་བྱུད་པ་ལ། སྤྲེད་དུ་དྲུངས་སྟིགས་འདྲེས་འདྲེས་  
ནས། བརྩུག་སུམ་དཀར་ཐོག་གཡུང་བྱུང་ན། མི་རྒན་ལྟ་བུ་སྟོང་དུ་བྱུང་། །  
ད་རེས་ཅིས་ཀྱང་མི་པན་འཆི། སྤྲེད་དུ་དྲུངས་སྟིགས་འདྲེས་པ་དེ། གཞིར་  
བཞག་བརྩུག་སུམ་བབ་ལུགས་ལ། ཁུང་བརྒྱད་མཆོལ་ཐིག་བབས་པ་ན། །  
ཁུང་ལ་ཁར་བུད་ནས་འཕྱར་འདོད་ཡིན། ཁྲེ་བཞིན་གལ་བར་ཐོད་དཀར་དེ། །  
སྤྲེད་དཔའ་ཤེད་རྫོགས་ནས་འཆི་འདོད་ཡིན། ཞལ་ཁད་ཅེ་མ་རྒྱ་སྟག་རི་བཀྲ་  
རྫོགས་ནས་འཆི། སེ་སྟོང་བརྒྱུག་གཉིས་ཤི་རྒན་མཐའ་ལ་ཡར་ནས་འཆི། །  
སེ་སྟོང་སྟོ་བརྒྱུག་སྤྲེད་བྱ་འདམ་ལ་བྱུག་ནས་འཆི། ཡར་མིང་སྤྲེད་བརྒྱུག་སེང་  
གའི་གཡུ་རལ་རྫོགས་ནས་ཤི། ཁ་ལང་གཡུ་འབྲུག་རང་སྤྲེད་རྫོགས་ནས་ཤི།  
མཆོ་དུང་སྤྲེད་གཡུ་ཤུག་ལོ་མ་རྒྱས་ནས་སྟོམ། ཤེད་རིང་སྟོ་ཆོ་ལྟོན་ཤིང་ལོ་མ་  
རྒྱས་ནས་ཆག། ཆོལ་ཆོ་བྱ་བརྒྱུག་གཡང་མོ་བསྟར་ལ་བརྒྱས་ནས་འཆི། ཅེ་



ར་མང་ཐོག་སྒྲོན་པའི་ཆོ་མཐའ་ཟད་ནས་འཆི། །ཀྱུ་ཡེ་བྱིལ་ཆང་འགྲུལ་འཆར་  
 ཆན་པོ་ལ་ཁར་བྱད། །བྱ་བྱར་གསེར་ཐིག་ཉ་ཆེན་རྒྱས་ནས་འགྲིབ་པ་ཡིན། །  
 བྱ་ཡུན་དཀར་མོ་ཉི་མ་རྒྱས་པ་ལ་ཁར་ཐོན་ནས་འགྲིབ། །མུ་ས་ཅོད་པན་ཐོ་  
 རེངས་སྐར་བཀྲ་ཡལ་འདོད་ཡིན། །སྒྲིར་ལུན་དཔལ་ཆབ་མ་ལྷ་ཆོ་ཆད་ཆོག་གས་  
 བས་ཤི། །བྱ་རལ་རིན་ཆེན་གཉན་གྱི་བུ་ལོར་ཐོབ་ནས་ཤི། །ཁ་ལེ་དཀར་པོ་  
 མཁྱོགས་པའི་དཔལ་རྩལ་འཛོམས་ནས་ཤི། །སྒྲིན་དིང་གཡུ་ཐོག་གཤེན་པོན་  
 བྱ་བྱ་བཅུ་གས་ནས་ཆད། །བ་ཆོ་ལ་རུམ་བཞེས་དོར་བྱིལ་ཐོག་གས་ནས་ཆག།  
 མོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་གསེར་སྒྲུལ་གཤོག་པ་རྒྱས་ནས་ཤི། །གསེར་བྱ་ཟུར་ཐིག་དུར་  
 པ་ཁྲི་ཆོ་བྱུང་ནས་འཆི། །རུ་སོད་ཁ་ལེ་ཐོ་རོག་སྒྲོང་ཆོ་བྱུང་ནས་འཆི། །མ་ཆོ་  
 གནམ་རང་ཤུག་གྲུ་འབུམ་ཆོ་བྱུང་ནས་འཆི། །བག་ཆོ་ཁྲ་མོ་དགྲུང་ལ་ལྷོ་སྒྲིན་  
 འདུས་ནས་ཡལ། །བུམ་པ་གསེར་མིག་རྒྱ་མཆོ་རྒྱས་ནས་ལུད་འདོད་ཡིན། །  
 དགོ་ཆང་ཁྲ་མོ་འཇའ་ཆོན་བཀྲ་ནས་ཡལ་འདོད་ཡིན། །རེ་སེ་རྒྱ་ཁེ་མཁྱོགས་  
 པ་ལ་ཁར་ཐིན་ནས་ཤི། །སྒྲོག་དམར་ལྷི་བུར་དཔལ་ཤེད་ཆོག་གས་ནས་འཆི་འདོད་  
 ཡིན། །དེ་དང་དེ་ལ་སོགས་པ་ཡི། །མདོར་ན་བཅུ་གསུམ་བརྒྱུ་ཆེན་རིགས། །  
 ལ་ཁར་བྱད་པས་འཆི་འདོད་ཡིན། །དེ་ཁེ་མི་འཆི་སོས་དོ་བཤད། །སྒྲིང་བྱ་  
 དུངས་སྒྲིགས་འདྲེས་འདྲེས་ནས། །བཅུ་གསུམ་བྱ་རལ་སྒྲུ་པོན། །གཡུང་པོའི་  
 ཁྱི་སྒྲོག་ཀ་བར་བདགས། །དེས་ནད་པ་མི་འཆི་སོས། །སྒྲིང་བྱ་དུངས་སྒྲིགས་  
 འདྲེས་པ་གཞིར་བཞག་ནས། །བཅུ་གསུམ་སྤེང་གི་བབས་ལུགས་ལ། །ཡི་ཡན་

རྒྱུ་སྒྲིག་ཏུ་བྱེད། །སྒྱུ་སྒྲིག་བྱི་ལོང་འཛོལ་ལས་ཐར། །ཐང་ལེ་ཉ་མོ་སྒྲུམ་  
ལས་ཐར། །སྒྲིག་ཏུ་བཤམ་ལུག་ཤན་པའི་ལག་ནས་ཐར། །སྒྲིག་སྒྲིག་ཉ་མོ་  
གངས་ལ་ཐུག་ནས་ལོག། །སྒྲིག་དྲིང་སྒྲུལ་པས་བྱི་ལྷས་བྱས། །སོ་ཡོན་མདུན་  
ལྷ་མགོ་ཡིས་ལུད། །བག་ལྷིང་ལུ་མོར་བཅུག་རྒྱུ་ལ། །ཐ་སྒྱུམ་མི་སྒྲུབ་འདི་ལས་  
ཐར། །སྒྲིག་སྒྲིག་མཆུ་ནག་དྲུང་བྱ་དྲུང་ནས་ལོག། །ཆུ་སྒྲར་ལྷི་བུང་དྲུང་བྱའི་ལྷ་  
བསྐྱོད། །སྒྱུ་མ་ཆད་རྩོ་ཆད་ལ་ནས་ལོག། །སྒྱུ་མ་སེ་མཛོ་ཆན་ཆད་པོ་ལ་ནས་  
ལོག། །སྒྲིལ་གཡག་ཆན་བཤའ་གྱིའི་ཁ་ནས་ཐར། །ལུང་བྱལ་སྒྲིལ་ཆན་ལག་ག་  
ཐག་ཆད། །ལུང་ཁད་ཤ་ཆན་ཤི་སྒྲིད་བྱས་ནས་ཐར། །སྒྲིང་གསུམ་མཛོ་ཆན་  
བཤའ་ལྷིའི་སྒྲིང་ནས་ཐར། །ཆུ་སྒྱུམ་མཆི་མ་ལག་པས་བྱིས་ནས་བགད། །དེ་  
སོགས་མདོང་ན་སྒྲིལ་ཞིབ་ངན་སྒྲིལ་བས། །དུན་དུན་ནད་པ་མི་འཆིའོ། །ལུན་  
འིང་ནད་པའི་ནད་འོག་ཡིན། །དུང་དག་ཅེར་ནད་ལོག་ཡིན། །གཞན་སྒྲིལ་དྲུངས་  
མ་གང་བབས་ཀྱང། །ནད་པ་མཁུན་དྲུངས་ལྷོ་འོ་མཐོ། །ལུང་པར་ལུན་འིང་  
ནད་པར་བཟང། །ལར་ནད་ལྷུང་ག་ལ་མོ་ཁོག་ནི། །ཉ་ཅང་མི་འཇམ་ཅུང་ཞན་  
བཟང། །ཐམས་ཅད་བཟང་ཞིང་རྩེ་འཛིན་བཟང། །ཡང་ན་ལྷུང་དུ་དྲུངས་  
འོམ། །ཡང་ན་ལྷུང་དུ་འཆིང་ཡིན། །འདི་ཡང་མོ་ཡི་མན་དག་ཡིན། །འབྲུག་  
པ་སོགས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ། །འཇམ་ཆེས་ན་མི་འབྲུག་སྒྲིང་འབྲུམས་ཡིན། །  
མདོར་ན་མི་བདེ་བྱང་བྱེད་ནས། །ཅུང་ཞན་པ་བབས་ཀྱང་སྒྲིལ་མེད་ཡིན། །མོ་  
ཁོག་ཉ་ཅང་ངན་པ་ན། །ནད་མོ་སོགས་ཅི་ལའང་རྩལ་འོ་ཡིན། །ལོ་བྲག་འོ་

འཛིན་ལ་སོགས་པ། མོ་ཁོག་འཕྱུང་ཆ་ཆེར་བབས་ནས། བརྩ་གསུམ་སོས་  
 རོ་བབས་ན་ཡང་། ཐེང་གཅིག་བཟང་ཡང་ནམ་ལུག་ངན། མོ་ཁོག་སྒོ་གཏད་  
 རྒྱུ་ཡོད། བརྩ་གསུམ་འཆི་རོ་བབས་ན་ཡང་། རིམ་གྱོ་བྱས་ན་ཐེབས་ཡོད་  
 ཡིན། མོས་ལོག་མོ་དབྱུང་གཞན་དུ་བལྟ། མོས་རོ་བབས་ལན་རྒྱུ་ལ། །  
 བརྩ་ལ་རྒྱུ་དོ་ལི་ཡན་ན། ལྷ་མོ་མངའ་དགུས་ཤོར་བ་ཡིན། བརྩ་ཕུང་ཁད་  
 དུ་སྒྲུབ་རིམ་རྒྱས། བརྩ་བྱ་རལ་ལུམ་གསུམ་སྒོག་གི་རྒྱ། བརྩ་སྒྲུབ་ཀྱན་  
 ར་ཡ་སང་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ། རྩན་རྩན་ནད་པའི་མོ་འདེབས་ན། ཁྲིང་དེང་ལན་  
 རྩ་སྒྲིབ་དེང་དང་། ཁ་ཁད་ལན་རྩ་སྒྲུབ་རིགས་དང་། ཁྲོད་ཕུར་ལན་རྩ་སྒྲིབ་  
 རྩ་དང་། ཆོལ་ཆེའི་ལན་རྩ་སྒྲུབ་རིགས་དང་། ཁྲི་ཕུར་སང་ལན་སྒྲུབ་རིགས་  
 བཟང་། བརྩ་གསུམ་ལན་རྩ་བརྩ་གསུམ་ལན་རྩ་སྒྲིབ་བརྩ་གསུམ་  
 ལན་དང་། གཤམ་འདོགས་ལན་རྩ་གསུམ་འདོགས་སོགས། རན་པ་བབས་ན་  
 བཟང་བ་ཡིན། འཕྱོར་བ་སོ་བྱུང་རྩ་རིགས་རྣམས། བརྩ་དྲུང་བརྩ་གཉིས་  
 མ་ཐལ་ན། བརྩ་གསུམ་དུ་དག་བརྩ་གཉིས་ཕན་བབས། ཤི་སར་སྒྲེབས་པའི་  
 བད་པ་ཡང་། བཀ་པོ་བདུད་ཀྱིས་མ་འདོད་དོ། ཁོ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་  
 རྣམས། འདི་རུམ་བྱིས་གཞན་ནས་ཡོང་། ཁོ་རྩ་འཆོའི་འཆི་སྒྱིར་དབྱུང་ནས།  
 གཉིས་པ་ནད་ཀྱི་རོས་འཛིན་ལ། སྒྱིར་བཏང་འབྱུང་བའི་དབྱུང་བ་ལ། །  
 ལི་ཡན་བྱ་རལ་གཉིས་ནི་རྒྱུང་གི་ནད། ལྷ་ཁ་ལི་ཡན་ཕུང་རལ་ལུམ་གསུམ་  
 གཉིས། རྒྱུང་གི་རྩ་གསུམ་ལན་བྱ་མེད་རྒྱུང་དང་། ཕུང་རལ་སྒྲིབ་བརྩ་གསུམ་

གི་རོ་ཡིན་ནོ། རྩོད་ཁད་མུང་ཁད་གཉིས་ནི་མེ་ཡི་ནད། རྩོད་མུང་ཁད་བྱ་ཡུན་  
སྒོ་བརྒྱུག་གཉིས། མེ་ཡི་རྒྱག་ཡིན་རྩོད་ཁད་སྒོ་བརྒྱུག་དང་། མུང་ཁད་སྒོ་  
བརྒྱུག་མེ་ཡི་རོ་ཡིན་ནོ། རྒྱུམ་དང་མ་རྒྱུམ་གཉིས་ནི་ཁུ་ཡི་ནད། རྒྱུམ་ཆད་  
རྒྱུམ་སེ་ཁུ་ཡི་རྒྱག་ཡིན་ལ། ཁུ་སྐར་རྒྱུམ་དང་རྒྱུམ་ཤན་ཁུ་ཡི་དོ། གཤལ་བར་  
རྒྱུར་གཉིས་སྒོ་བརྒྱུག་ས་ཡི་ནད། ཁོ་ཡོན་སོ་ཡི་རྟིང་བཤལ་ས་ཡི་རྒྱག་ ཁོ་  
རྟིང་རྟིང་བཤལ་སྒོ་བརྒྱུག་ས་ཡི་དོ། རྩོད་སྒོ་དམུ་དག་སྒོ་བརྒྱུག་ཤིང་གི་ནད། །  
སྒོ་བར་སྒོ་ཡི་རྟིང་བཤལ་ཤིང་གི་རྒྱག་ ཅེ་ར་མགོ་བརྒྱུམ་མར་ཁྲིང་སྒོ་བརྒྱུག་  
ཤིང་གི་དོ། རྒྱུམ་བྲག་ཁྲི་བྱར་རོག་ཁྲི་ལྷག་ས་ཀྱི་ནད། ཁབ་ཟ་ཁྲི་བྱར་ཁ་ཁྲག་  
ཁྲི་བྱར་ནི། ལྷག་ས་ཀྱི་རྒྱག་ཡིན་ཁུ་སྐར་ཁྲི་བྱར་དང་། ཁྲི་བྱར་སྒོ་བརྒྱུག་  
ལྷག་ས་ཀྱི་ནད་ཡིན་པས། ལུས་གནས་གར་བབས་ནད་གཞི་ཡོད། མེ་ནི་ཆ་  
བརྒྱ་གྲང་བ། སའི་བད་ཀན་ཞ་ཤེངས་སོགས། ཤིང་ནི་ཅ་རྒྱས་དག་གི་ནད།  
རྒྱུང་ནི་རྒྱུང་ནད་ལྷག་ས་སྒྲན་འབུས། བད་རྒྱག་ན་ལ་རྒྱག་གིས་རྒྱག་ རོ་རྒྱག་  
བབས་ན་འཆིངོ་ཡིན། ཡང་ཁམས་ལྷ་འི་གཙོད་འདལ་བརྟག་པ་ལ། གཉིས་  
ལྷ་དགུ་དང་བརྒྱ་གཉིས་བདུན། ཤར་སྒོ་རྒྱབ་བྱང་དབུས་ལྷ་ཡིན། ཤིང་མེ་  
ལྷག་ས་རྒྱ་ས་ཡི་ཁམས། རྟེ་དེར་རང་འབྱུང་སྒྲིག་ས་མ་དང་། དག་སྒྲིག་ས་  
བབས་ན་གཙོད་འདལ་བྱས། དྲངས་མ་འཇུག་སྒྲེ་བབས་ན་བཟང་། ཤིང་ལ་  
བཅད་ན་རྩ་ལ་ངན། མེ་ལ་བྱོད་དར་རྒྱ་ལ་ཁྲག་ ལྷག་ས་ལ་རུས་པ་ས་ལ་ཤ །  
ཉམས་པ་ཉིད་རྟེན་ཤེས་པར་བྱ། དག་ཡི་འབྱུང་བ་གང་བབས་ཀྱང་། རང་སྒྲིག་ས་

འབྲུང་བར་འབྲུང་དག་སྤྲད། །ཤིང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྷགས་ཐལ་སོགས། །འབོད་  
བ་བྱས་ན་ཐུབ་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་ཤིང་དག་ལྷགས་དར་ན། །ཤར་དུ་གོས་  
དམར་ཅན་གྱིས་ནི། །ལྷགས་བཅད་དུ་མ་བུ་མེ་ལ་བསྒྲིག། །ལྷགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་  
མེ་ཐལ་ཞེས། །འབོད་པ་ལན་གསུམ་བྱ་རུ་གཞུག། །ཡོན་དུ་ལྷགས་སམ་དར་  
དམར་སྒྲིན། །དེས་འགྲོག་ཞན་ལ་ཤེས་པར་བྱ། །ཡང་ན་ཆ་ཆ་དག་མདོག་དག་  
སྤྲོང་བཞག། །ལྷགས་དག་དར་ན་རྩལ་ཕྱོགས་སྤྲ། །ཆ་ཆ་དམར་པོ་བཞག་སོགས་  
འགྲོ། །ལུས་པོ་རྩ་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །རྩ་ཁམས་གང་ལ་ནད་ཡོད་བརྟག།  
ལར་དམུ་དག་གཡས་སུ་འཇུས་པ་དེ། །རྩ་དཀར་གཡས་སུ་གྲེས་པ་ཡིན། །  
གཡོན་འཇུས་རྩ་དམར་གཡོན་དུ་གྲེས། །དབུས་འཇུས་དབུ་མ་དབུས་སུ་ཟུག།  
དེ་ལ་བརྒྱག་གཅིག་བཅས་པ་སྟེ། །སྤྲོང་ཉིད་མཐའ་དང་བལ་བ་ཡིན། །སྒྲོམ་  
ཆེན་རྣམས་ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །རྩ་ལ་རྒྱུད་ཁམས་བདེ་བའི་རྩུ་ཡིན། །འདི་  
གསུམ་བཞི་བདུན་དང་བརྒྱད་རྣམས་དང་། །བརྩ་དང་བརྩ་གཅིག་རྣམས་སུ་  
གཅེས། །གཞན་ཡང་ཅེ་ར་ཨ་ཆོ་ཡར་ལྡང་རྣམས། །སྤྲོད་ཀྱི་གཙུག་ཅི་ཉི་སྤྲོད་  
པོ་ཡིན། །བརྒྱད་ལ་ཨ་ཆོ་ཡབ་སྤྲས་དང་། །བྱོད་ལུར་དག་ནི་མིག་རྩ་ཡིན། །  
བདུན་ལ་བྱ་བུར་མུ་ས་མར་ལྷིང་གསུམ། །སྤྲོད་སྟོག་འབྲེལ་བའི་རྩ་ཡིན་ནོ། །  
འདི་རྣམས་ལན་དུ་ལྷགས་རིགས་ན། །རྩ་ལ་བཅད་གཏུབ་བྱུང་བས་དན། །  
སོ་ཡོན་སྒྲིན་དིང་སེ་སྤྲོད་དང་། །བག་ལྷི་ལ་སོགས་བབས་ན་དན། །གཏོ་ལ་  
སྤྲོ་ཤིང་བཙུགས་ན་ཡན། །སྤྲིགས་མ་གང་བབས་ནད་ཀྱི་ངོ་། །གཞན་ཡང་

འབྲེལ་རིགས་རྩ་ལ་བཟང་། །འཕྲོར་བ་ངན་སྒྲིགས་རྩ་ལ་ངན། །སྒྲིང་མེ་ཁམས་  
 ཨ་ཁད་བྱ་ཡུན་དང་། །སྒོ་བ་ལྷགས་ཁམས་ཆོལ་ཆེ་བྱོད་ལུང་དང་། །མཆིན་  
 བ་ཤིང་ཁམས་དུ་དག་སྒྲིང་དང་ནི། །མཆོར་བ་ས་ཁམས་གལ་བར་སྒྲིན་དིང་  
 སྒྲི། །མཁལ་མ་རྒྱུ་ཁམས་སྒྲུམ་དང་དིང་དིང་གི། །བཟང་ངན་དར་རྒྱུད་ལན་  
 གྱི་རྒྱུལ་ལས་བརྟག། །ལུས་གནས་རྩ་ཁམས་གང་ལ་ནད་གང་ལྷགས། །དབང་  
 བོ་དོན་སྣོད་འབྱུང་བའི་དར་རྒྱུད་བརྟག། །ད་ནི་ནད་གྱི་རོས་འཛིན་བཤད། །  
 དིང་དིང་ཆ་བའི་གཞི་མ་ཡིན། །སྒྲིན་དིང་ཆ་བའི་གཏིབ་ཁང་ཡིན། །ཨ་ཁད་  
 ཆ་བའི་རོ་བོ་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཆད་བའི་གཤ་ཁུང་ཡིན། །བྱ་རལ་ཆད་བའི་འཕྲོར་  
 བྱེད་ཡིན། །གལ་བར་ཆ་བའི་རྫོང་མཁའ་ཡིན། །ལི་ཡན་ཆ་བའི་འཕྲོར་བྱེད་  
 ཡིན། །ཁྱེ་བ་ཆ་བའི་དམག་དཔོན་ཡིན། །ད་རོག་ཆ་བའི་རྒྱག་ལམ་ཡིན། །  
 བྱ་ཡུན་ཆ་བའི་སོ་བ་ཡིན། །ཆོལ་ཆེ་ཆ་བའི་ལུང་བ་ཡིན། །གཡས་བརྒྱག་ཆ་  
 བའི་གཡས་རུབ། །གཡོན་བརྒྱག་ཆ་བའི་གཡོན་རུ་ཡིན། །སྒོ་བར་ཆ་བའི་  
 གཏིང་སྣོད་ཡིན། །དེ་སྒྲིར་གནས་མལ་ཨ་ཁད་བབས། །བཅུ་གསུམ་ལ་སོགས་  
 དེའི་ལན་དུ། །ལི་ཡན་སྒྲུ་མོ་བབས་བ་ན། །ཆ་བ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་བ་ཡིན། །  
 བྱ་ཡུན་ཆ་བ་མེ་ལྷར་འབར། །སྒྲིན་དིང་སྒྲིར་བབ་ཆ་བ་གཤ། །སོ་ཡོན་གང་  
 བབ་སྒྲོགས་བ་ཡིན། །བྱ་རལ་བབས་ན་ཆ་བ་འབྲམ། །ལི་ཡན་མངན་སྣོང་  
 ཆད་ཡིན། །སེ་སྣོད་བྲག་གམ་ལུག་ཆད་ཡིན། །སྒྲིར་བབས་ཆ་བ་མཁྱེས་བར་  
 ལྷན། །ལུང་ཐོགས་རིགས་ལ་གཟེར་ནད་ལྷང་། །སྒྲུམ་བཟང་བོ་ཆད་བའི་བདུད་

ཅི་ཡིན། །ཡང་གང་བའི་ནད་ཀྱི་རྩ་འཛིན་ལ། །དིང་དིང་གང་བའི་གཞི་མ་  
ཡིན། །སྒྲིན་དིང་གང་བ་ལ་ཁོང་ས་ཡིན། །སྒྲུམ་རིགས་གང་བའི་དམག་དཔོན་  
ཡིན། །ལི་ཡན་གང་བའི་སྒྲ་བྲིད་ཡིན། །སྒྲེར་རིགས་གང་བའི་རྒྱ་ལམ་ཡིན། །  
བྱ་རལ་གང་བའི་སྤྱད་ཤིང་ཡིན། །བྱ་ཡུན་གང་བའི་གཉེན་པོ་ཡིན། །ཡང་སེ་  
སྟོད་ཁྲག་གི་གོད་པ་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཁྲག་གི་དབུང་རོག་ཡིན། །བྱ་མེད་ཁྲག་  
གི་གཏིང་རྩོམ་ཡིན། །སྒྲུམ་སེ་ཁྲག་གི་རྩིའུ་ཡིན། །ཡང་ལི་ཡན་རྒྱུད་གི་ས་བོན་  
ཡིན། །བྱ་རལ་རྒྱུད་གི་གཞི་མ་ཡིན། །དིང་དིང་རྒྱུད་གི་རྒྱབ་རི་ཡིན། །སྒྲུམ་དང་  
ལི་ཡན་ཐང་ལེ་དང་། །སྒྲེར་རིགས་ངན་པ་གཅིང་གི་ངོ་། །གལ་བར་སྒྲིན་དིང་  
ཁེར་འདུག་སྒྲོན། །དེ་སོགས་རྒྱས་པར་གཞན་ལས་ཤེས། །

༩ བྱ་བྲག་དུག་མོ་བཤད་པ་ལ། །ལྷ་བརྒྱ་དུས་ཀྱི་ཐམ་ལ། །ཟས་ངན་དུག་  
གི་ཕྱག་ཚང་དང་། །དེ་བས་དེ་ལ་བརྟག་པ་གཅིས། །སོ་ཡོན་དུག་མ་གན་མོ་  
ཡིན། །སྒྲོ་བར་དུག་པ་གན་པོ་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཐུན་ཁྲག་སྒྲོ་བར་རྟིང་བཤལ་  
དང་། །བྱ་ཡུན་ནག་མོ་འདི་གསུམ་ནི། །དུག་རུ་སྒྲུན་གསུམ་བྱ་བ་ཡིན། །གང་  
བབས་དེ་ལ་དུག་གི་ངོ་། །གཞན་ཡང་དུག་ངོ་བསྟན་པ་ནི། །བརྩལ་གལ་བར་  
བརྩལ་གཅིག་སྒྲུམ་སེན། །གངས་ཀྱི་སེང་གེ་འབྲུག་རྩོས་དུག །ནད་པ་དུག་གི་  
རིགས་ཡིན་ནོ། །ཨ་ཁད་ལན་དུ་སྒྲུམ་སེན། །མ་བྱ་བམོ་སྒྲུགས་དུག །ལྷ་ལ་  
སྤང་ཆེན་སེ་སྟོད་དང་། །བདུན་ལ་ལྷུང་ཆེན་སེ་སྟོད་ནི། །དུང་ལྷུང་དཀར་མོ་  
ཀྱི་རྩོས་དུག །གསུམ་ལ་སུམ་མཉམ་བཞི་བག་ཆོ། །དུག་སྤང་དཀར་མོ་ལུག་

རོས་དུག་གཅིག་གི་ཁ་ལེ་བཅུ་གཅིག་གི་ ཁྲིང་གི་ཉི་མ་བྲག་ནག་ན། བྱང་  
 གི་མི་ཚོད་གཡག་རོས་དུག་གཅིག་གི་མ་ཟེལ་ག་དམར་དང་། བཅུ་གཅིག་  
 ལྷ་ལུང་སྒོ་བརྒྱག་དེ། འཕར་བ་དམར་པོ་རོས་དུག་གཅིག་ལ་གྲོག་དམར་  
 བཅུ་གཅིག་གི་ བྱོད་ལུང་ཁྲོད་བྱེད་རོལ་དུག་ལམ་ཟ་པའི་ལན་དུ་གཟན་  
 རིགས་ལ། ཁྲིང་དང་སྒོ་བརྒྱག་སོང་བ་ནང་། དུག་གི་དོ་ཡིན་དབྱེད་པར་བྱ། །  
 དིང་དིང་ལན་དུ་དིང་དིང་སྒོ་བརྒྱག་དེ། གནམ་དུག་གནམ་གྱི་སྒྲིན་དམར་  
 ཡིན། སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་སོ་ཡོན་དེ། སྤྲ་དུག་པོང་བ་ལུ་ཟེལ་ཡིན། སྒོ་ཆོའལན་  
 གྱི་སྒོ་བར་དེ། ཤིང་དུག་སྤྲ་མ་གྲང་མ་ཡིན། དམུ་དག་ལན་དུ་དམུ་དག་  
 སྒོ་བརྒྱག་དེ། ཅུ་དུག་ར་དུག་རེ་ལྷགས་ཡིན། སྒྲུམ་གྱི་ལན་གྱི་སྒྲུམ་སེ་དེ། །  
 ཅུ་དུག་ན་ཅུ་བཅན་ཅན་ཡིན། གལ་བར་ལན་དུ་གལ་བར་སྒོ་བརྒྱག་དེ། མེ་  
 དུག་མོན་གྱི་རྟོར་ནག་ཡིན། འདི་རྒྱམས་མཐོང་བསྒྲུམས་རེག་དུག་ཡིན། །  
 སྒྲིན་དིང་ལན་དུ་སྒོ་བར་རྟིང་བཤལ་དེ། རྒྱ་ཡི་སྤལ་དུག་ནག་པོ་ཡིན། ལུང་  
 རལ་ལན་དུ་སོ་ཡོན་རྟིང་བཤལ་ནི། འཇང་གི་ཁྱི་དུག་ནག་པོ་ཡིན། གསེར་  
 བྱ་ལན་དུ་བྱ་མེད་སེ་སྟོད་ན། རྟོར་གྱི་གཡུ་དུག་སྟོན་པོ་ཡིན། སེ་སྟོད་སྒོ་བརྒྱག་  
 ཐམས་ཅད་ནི། ར་དུག་སྤལ་དུག་བྱ་དུག་ཡིན། འདི་རྒྱམས་ལན་དུ་སེ་སྟོད་  
 བ། ལག་གི་ཤ་དང་སྦྱར་བ་ཡིན། རུ་སོད་གཡག་གི་ཤ་དང་སྦྱར། སྦྱིར་  
 རིགས་འབྲི་ཡི་ཤ་དང་སྦྱར། མ་ཟེལ་ལག་གི་ཤ་དང་སྦྱར། ཁྲིང་རིགས་རེ་དུགས་  
 ཤ་ལ་སྦྱར། དམུ་དག་ཐ་བྲན་ཤ་ལ་སྦྱར། སྒོ་ཆོའལན་ཤ་ལ་སྦྱར། བག་ལྷིང་



ར་ཡི་ཤ་ལ་སྒྱུར། །ཡི་ཡན་བབས་ན་ར་ལ་སྒྱུར། །སྒྱུམ་རིགས་བབས་ན་ཆང་  
ལ་སྒྱུར། །ཆོལ་ཆེ་བྱེ་མར་དག་ལ་སྒྱུར། །འབྲུག་ཐམས་ཅད་མངར་གསུམ་  
སྒྱུར། །འདི་རྣམས་གང་ནས་འོང་བའི་ཕྱོགས། །གཅིག་གཉིས་ཤར་དང་ཤར་  
ལྟོནས། །བན་དང་མ་རབ་ཕྱོགས་ནས་འོང་། །བཞི་ལྟ་ལྟོ་དང་ལྟོ་རུབ་ནས། །  
ཉེ་བ་མག་པའི་རྒྱད་ནས་འོང་། །དགྲ་བཅུ་རུབ་དང་རུབ་བྱང་ནས། །ཁྱེད་  
པ་སྒྲུབ་རྒྱུད་ནས་འོང་། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གཉིས་བྱང་རམ་བྱང་ཤར་ནས། །  
མིད་མེད་ག་ཡི་ཕྱོགས་ནས་འོང་། །བཞི་ཐབ་དང་རྒྱུང་མའི་ལག་ནས་འོང་། །  
དུག་ཐབ་ཆེན་ཆེན་མའི་ལག་ནས་འོང་། །བརྒྱད་ལ་སྒྲོན་པོ་བརྒྱེད་ལག་ནས་  
འོང་། །བཞི་ལ་ཐོར་བུའི་ནང་དུ་ཕྱིན། །བཅུ་ལ་བབས་ན་ཁ་ནང་ཕྱིན། །བཞི་  
དང་བཅུ་གཉིས་བབས་པ་ན། །དུག་ཡོད་ཀྱང་ཁོང་དུ་མ་ཕྱིན་རོ། །འདི་རྣམས་  
ལན་དུ་སང་ཁམས་ཀྱི། །དྲངས་མ་གང་བབ་སྒྲུབ་གྱིས་དུག་འཛོམ་བཟང་། །  
དུག་དེ་རྒྱུད་པའི་མི་བརྟག་པ། །ཕྱི་ས་བཞི་ལ་བག་ཁྲིན། །ས་མིང་ར་ལོད་ར་  
སྒྱུབ་ན། །རྟ་ཁམས་པར་མགོ་ཕན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །ཕྱི་ས་བཞི་ལ་གལ་བར་  
ན། །ས་སྐས་ལུང་སྐས་མདོ་ཟེར་བ་ལྟ། །མི་ཁི་གླིང་སྒྱུབས་གླིང་རྒྱལ་མིང་། །  
རྟ་ཁ་ཕན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །དེ་བཞིན་ཕྱི་ས་བཞི་ལ་ཁི། །ས་ཆོ་ལུང་ལུང་ལུང་  
སྒྱུབས་མིང་། །རྟ་ཁམས་པ་ཕན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །ཁྲི་བུར་ས་དང་མི་ཡི་མིང་། །  
ཁམས་དང་འབྲུམ་ལས་དྲ་བབ་ཕན། །རྟ་ཁམས་པ་ཕན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །  
མང་ཟེ་འབྲུག་ཡུལ་སྒྱུབས་རྒྱལ་མིང་། །རྟ་ཁོན་ཕན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །སངས་

རིགས་རྒྱུད་ལས་དྲས་པའི་མིང་། །རྟ་སྐྱ་སྐྱ་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །བྱ་ཡུན་  
 བྱ་ལས་དྲས་པ་ཡི། །རྟ་སྐྱ་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །བྱོད་ཡུར་དིང་དིང་ཨ་  
 ལས་དྲས། །རྟ་གྲོ་བོ་དཔུང་དཀར་ཅན་ལས་འོང་། །དིང་དིང་མཆོ་དང་དཔལ་  
 ལས་དྲས། །རྟ་མཆོ་དཀར་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །སྒྲིན་དིང་བྲག་དང་ས་བདག་  
 མིང་། །རྟ་ནག་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །ཐང་ལེ་ཆོས་དཔལ་ཆོས་རྒྱུབས་མིང་། །  
 མཛོ་མོ་བྱེད་དམར་ཡོད་པ་དང་། །སྒོ་བྱི་ཁམས་དམར་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །  
 མ་ཟེ་བཙན་རྒྱུབས་བཙན་རྒྱལ་སྟེང་། །རྟ་དམར་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །རུ་  
 སོད་བདུད་འབུམ་བདུད་རྒྱལ་མིང་། །རྟ་ནག་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །ཨ་ཁད་  
 རྟག་རྒྱུབས་རྟག་རྒྱལ་མིང་། །རྟ་དམར་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ནས་འོང་། །དུག་ངོ་གར་  
 བབས་དེ་ཡི་དུས། །བསྐྱེདས་ནས་འཛོམ་པར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ནི་ནད་གྱི་བྱེ་  
 བྲག་ལས། །ཅ་རྒྱུའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པར་བྱ། །བདུན་གྱི་རྒྱ་ས་ལ་སོགས་  
 པའི། །ཅ་རིགས་ལན་དུ་བརྒྱུད་ལ་ནི། །ཁྲི་བུར་ལ་སོགས་བབས་པ་ན། །ཅ་  
 ལ་སྒྲོན་འོང་དེ་དག་ཀྱང་། །ཁམས་དང་རྒྱུར་ཏེ་སྟོང་ཅ་སོགས། །སྔོན་འཐེན་  
 སྒྲོན་སོགས་ཤེས་པར་བྱ། །སྒྲེར་གྱི་ལན་དུ་སྒྲོམ་སྔོན་ན། །མཐིས་པའི་རྒྱ་ནི་  
 སེར་ལ་སྟོགས། །ཁྲོག་པ་ཉི་མ་ཤར་ནས་ཁྲོག་ །དེ་ལ་མཐིས་པ་ཞི་རྒྱུད་བཏང་། །  
 དན་པ་སྒྲུ་དང་གཞི་ལ་དན། །ཨ་ཁད་ལན་དུ་སྒྲོམ་སྔོན་ན། །ཆ་བའི་རྒྱ་ནི་དམར་  
 ལ་ཉིག་ །ཁྲོག་པ་ཉི་མ་སྟོ་ནས་ཁྲོག་ །ག་བུར་སྒྲོན་གྱི་བསེལ་གཞི་བཏང་། །  
 དན་པ་མ་དང་རྒྱ་མོར་དན། །གལ་བར་ལན་དུ་སྒྲོམ་སྔོན་ན། །བད་ཀར་རྒྱ་ནི་

སྒྱུ་ལ་ཉོག་ཤོག་པ་ཉི་མ་རྒྱབ་ནས་ཤོག། ཉེ་ལ་བད་ཀན་བཙུག་གཉེན། །  
 རན་པ་པ་དང་ཁུ་པོར་རན། ཉིང་དིང་ལན་དུ་སྒྱུ་མ་སྒྲོན་ན། གྲང་བའི་ཚུ་ནི་  
 སྒྱུ་ལ་ཉོག་ཤོག་པ་ཉི་མ་བྱང་ནས་ཤོག། ཉེ་ལ་དྲོད་གྱི་བཙུག་གཉེན། རན་  
 པ་སྒྲུ་མ་སྒྲོབ་དཔོན་རན། ཚུ་ཤོག་པ་འི་ཕྱོགས་བཞི་མ་ཤེས་ན། ཆ་གང་ནད་  
 གྱི་ངོས་མི་ཟེན། ཉེ་རྒྱལ་གཉིས་དང་བཅུ་ལ་ནི། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བབ་ལན་  
 དབྱུང། གནས་གཞན་དུ་ཡང་བཏག་པ་ཡོད། ཚུ་ལ་བཏག་འདི་ཤིན་ཏུ་རེས། །  
 དེ་ལྟར་ནད་རྒྱལ་ས་རིས་བཟུང་ནས། གསུམ་པ་སྒྲན་དབྱུང་རིམ་གྱོ་ལ། ཐོག་  
 མར་འཆོ་བྱེད་སྒྲ་ཏགས་བཤད། བཙུལ་རུམ་འཆོ་བྱེད་གཞོན་ལྟ་ཡིན། རྩང་  
 ཟེ་ཁ་ལང་འཕགས་པ་སྒྲ་སྒྲུབ་ཡིན། ཀླང་སྒྲར་མྱི་བྱར་དྲང་སྒྲོང་རྒྱན་ཤེས་  
 ཡིན། གྱེ་བ་རང་ཤག་སྒྲན་པ་དུང་འོད་ཡིན། སད་སྒྲ་གྱེར་རྒྱང་ལ་བོན་གྱུ་  
 རུ་ཡིན། ཨ་ཁད་ཅེ་མ་རྒྱ་འོད་སྒྲག་ཤལ་ཡིན། རང་སྒྲན་ལྟ་རྒྱང་བྱང་སེམས་  
 ལག་ཡང་ཡིན། བག་བྱ་སངས་རྒྱས་སྒྲན་ལྟ་ཡིན། གསེར་བྱ་ཤུ་བྱུ་བྱུ་བ་  
 ཡིན། གཉིས་བརྒྱུ་སྒྲ་སྒྲུབ་གསུམ་བརྒྱུ་རིགས་གསུམ་མགོན། བཞི་  
 བརྒྱུ་སྒྲན་པ་མི་བཞི་བཙས་པ་ཡིན། ཉོག་ཆང་ཅེ་མ་བ་མན་ཚུ་ཤེལ་གསུམ། །  
 སྒྲན་གྱི་བུ་མོ་སྒྲན་གསུམ་ཡིན། བྱ་ཡན་སྒྲན་ལུ་མ་སྒྲེ་དུག་ཡིན། བ་སྒྲུམ་སྒྲན་  
 གྱི་ལྟ་མོ་ཡིན། འདི་རྒྱལ་ས་བབ་ས་བརྒྱད་ལ་གཙུག། སྒྲན་པ་སྒྲུ་ལ་མོ་འདི་  
 བབས། ཉེ་ཡིས་བཙུག་ན་འཆོ་བ་ཡིན། ཉིང་དིང་སྒྲན་གྱི་སྒྲུང་ཤིང་ཡིན། །  
 ཡར་དིང་སྒྲན་གྱི་སྒྲོང་པོ་ཡིན། ཉེ་སྒྲུང་གསུམ་གྱི་ལོ་འདབ་ཡིན། སྒྲོ་ཆོ་སྒྲན་

གྱི་ཅེ་མོ་ཡིན། །འུ་བརྒྱལ་སྤྲོན་གྱི་འབྲས་སུ་ཡིན། །བཙུ་གཅིག་བཙུ་གསུམ་  
བབས་ན་བཟང་། །རང་སྤྲོན་རམ་གཡག་མཁྱེས་སུ་ཡིན། །འབྲུང་བརྒྱད་སྟོ་ཆོ་  
དམ་ཞག་བདུད་ཅི་ཡིན། །སྤྲོན་དིང་གཡུ་བྱི་སྟོམ་རའི་ལྷ་ཆབ་ཡིན། །ཆོལ་ཆོ་  
དང་ནི་སྤྲོམ་གྱི་འུ་བརྒྱལ་གཉིས། །ཡེ་རྩེ་འབྲུལ་གྱི་སྤྲང་སྤྲོན་དཀར་མོ་ཡིན། །  
བྱུང་སུར་སྤྲོན་ཐོར་ཁ་ལ་མེ་ཏོག་འབྲུངས། །བྱ་ཡུན་ཉི་ཤང་འུ་བརྒྱལ་དྲངས་  
མའི་རིགས། །བདུད་ཅིས་གང་བས་འདི་ནམས་ཀྱུན། །བཞི་སྤྲོན་ཐོར་རྒྱུང་བར་  
བབ་ན་གཅིས། །བཞི་ལ་ཨ་ཁད་མེ་སྤྲོན་སྟུང་བ་བྱ། །ཆོལ་ཆོ་ལྷི་སུར་བཟང་  
ལྷོད་སྤྲོན་སྟུང་། །སྤྲོམ་གྱི་འུ་བརྒྱལ་ཅུ་སྤྲོན་བྱེད། །བརྒྱད་འདི་སྤྲོན་ཐོར་ཆེ་བ་  
ཡིན། །འདིར་དིང་དེང་གིང་གི་བར་སུ་དགོས། །སྤྲོན་དིང་ས་ཡི་བར་སུ་དགོས། །  
གསེར་བྱ་གསེར་གྱི་བར་སུ་དགོས། །ཁ་ལང་གཡུ་ཡི་བར་སུ་དགོས། །སྤྲོར་  
རིགས་མཆོང་གི་བར་སུ་དགོས། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་དྲུང་གི་བར་སུ་དགོས། །  
བག་ཆོ་སྤྲོན་ཆེན་ལྷེ་བཞི་དང་། །བྱ་སུང་མཐིང་གི་སྟོམ་རྒྱུང་དང་། །གལ་བར་  
སྤྲོན་སྤྲང་མཆོད་དུག་ནམས། །གང་བབ་སྤྲོན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །ལྷ་འདི་སྤྲོན་  
བའི་མགོན་ལམ་ཡིན། །མ་དར་བཀའ་ཉན་རྩལ་དུ་དགོས། །དེ་འདི་སྤྲོན་  
སྤྲང་ས་ཡིན་དོ་མཐོ་དགོས། །དུར་སྟོག་ཉིས་ལྷ་བཙུ་གཉིས་གསུམ། །སྤྲོན་དིང་  
བབ་ན་ལྷགས་གྱིས་འདན། །དུར་སྟོ་འདན་ན་ནད་བར་པན། །དེ་ལྷར་སྤྲོན་  
བ་ཤེས་བྱས་ནས། །

༥ དནི་སྤྲོན་གྱི་གཏོང་རྩལ་བཤད། །དིང་དིང་འབྲུང་བའི་རེ་འབྲུམས་ལ། །

གཞན་ལྷ་ཡི་སྒྱུར་བ་བྱ། །ཁྱུང་ཞེན་ལྷ་ཡི་རིལ་ལུ་ཡིན། །སྒྱུམ་རིགས་གང་བའི་  
 རེ་འབྲམས་ལ། །བདུད་ཅི་ཐིག་པའི་སྒྱུར་ཞེ་བྱ། །ཁི་བྱེད་དཀར་པོ་དུག་སྒྱུར་  
 ཡིན། །ལུར་ཐོག་གཟུང་ལག་ལུར་དགུ་སྒྱུར་བྱ། །མད་ཁམས་ལྷ་ལ་ནག་པོ་  
 དགུ་སྒྱུར་བྱ། །བྱ་རལ་འདྲེ་ལ་བདུད་ཅི་དགུ་སྒྱུར་བྱ། །སེ་སྟོད་ལྷ་ལ་འཇམ་  
 པོ་དགུ་སྒྱུར་བྱ། །ཡང་ན་སེ་སྟོད་དུག་རིགས་ལ། །མཁྱིས་སྒྲུབ་བརྒྱའམ་དགུ་  
 སྒྱུར་བྱ། །སོ་ཡོན་དུག་ལ་དབང་རིལ་བཏང་། །སྒྱུམ་སེ་སེ་སྟོད་འདྲེས་པ་ནི། །  
 རྒྱལ་ཁག་ཡིན་པ་སྐད་པའ་བོ་དགུ་སྒྱུར་བྱ། །འི་ཡན་སྒྱུམ་འདྲེས་གང་བར་དོད་  
 སྒྱུར་བྱ། །རྩ་སྒྲུབ་གང་བར་དོད་ཀྱི་སྒྲུབ་ནག་གཅིས། །སེ་སྟོད་བརྒྱུད་པ་ཁག་  
 ལ་ནི། །ཅན་དན་དགུ་ཡི་སྒྱུར་བ་བྱ། །འི་ཡན་ཨ་གར་བརྒྱུད་པ་བཏང་། །ཨ་  
 ཁད་མེན་ད་བསིལ་སྒྲུབ་བཏང་། །དེ་སོགས་ནད་ཁམས་གང་ཡིན་གྱི། །གཉེན་  
 པོ་དང་ནི་སྒྲུབ་གང་ལ། །སྒྲུབ་ཐོར་ཁྱོགས་པའི་སྒྲུབ་དེ་བཏང་། །བྱ་མེད་འི་ཡན་  
 སེ་སྟོད་གསུམ། །གཅིག་ལ་རྒྱུད་གཡས་ན་སོགས་དབྱེད། །དེ་དག་གང་བབ་  
 གཉེན་པོ་ནི། །རྒྱ་ཚ་ཉ་སྒྲུག་སྒྲེལ་ལག་སེར་བྱེ་པ་དང་། །སེ་འབྲུ་ལྷུང་གུམ་ལ་རྩ་  
 ཉ་པ་དང་། །བྲག་ཁུན་ལ་ཤིང་མངར་པོ་བྱེ་ལེ། །ཨ་གར་ཉ་ཨ་རྩ་ཉ་དུར་བྱེད་  
 ཉ་པ་དང་། །ཁྱེད་ཁི་ཉ་པ་གིས་ཆིག་ལུབ་ཡིན། །ཡང་གཅིག་གི་བྱོད་ལུར་འབྲོང་  
 བས་འདུལ། །གཉིས་ཀྱི་རྩ་སྒྲུབ་ལུག་ཤས་འདུལ། །གསུམ་གྱི་སྒྲུབ་ནག་པག་  
 ཆིལ་འདུལ། །བཞི་ཡི་ཐ་ཆོ་སེ་མོང་ཤས། །ལྷ་ཡི་སྒྱུར་དཀར་པག་ཤས་འདུལ། །  
 དུག་གི་བག་ཆོ་དྲེ་མོང་ཤས། །བདུན་གྱི་ལྷ་ཤ་བྱ་ཤས་འདུལ། །བརྒྱུད་ཀྱི་

སྒྲིབ་ཐོག་སྒྲེ་ཤས་འདུལ། །དགུ་ཡི་ཆེ་གསུམ་ཡུངས་ཀར་གྱིས། །བརྩ་ཡི་ནག་  
 ཐོག་སྒྲུང་ཤས་འདུལ། །བརྩ་གཅིག་བྱ་རལ་བྱ་ཤས་འདུལ། །བརྩ་གཉིས་དམ་  
 དག་ར་ཤས་འདུལ། །བརྩ་གསུམ་ཤ་བག་ལི་ཡན་དེ། །བྱ་ཤ་དང་ནི་ལག་ཤས་  
 འདུལ། །ཡང་གཉིས་ཀྱི་བྱོད་ལུང་སྒྲུབ་ཆེན་འདུལ། །གསུམ་གྱི་ཆོལ་ཆེ་རྒྱ་ཆས་  
 འདུལ། །བཞི་ཡི་བྱ་ཡུན་རྩ་གང་འདུལ། །ལྷ་ཡི་བྱུང་བརྒྱུད་ཆ་ལས་འདུལ། །  
 རྩ་ག་གི་རྩྭ་རིགས་སྒྲུ་ཅིས་འདུལ། །བདུན་གྱི་སྒྲོ་ཆེ་བྱ་ཤས་འདུལ། །བརྒྱད་  
 ཀྱི་བྱ་མེད་གྲུ་གུལ་འདུལ། །དགུ་ཡི་གྱེར་རྒྱུད་རྩ་དག་འདུལ། །བརྩ་ཡི་ཆོལ་  
 ཆེ་ལང་ཏང་ཅེས། །བརྩ་གཅིག་སེ་སྟོད་སྒྲུབ་ལྷན་གྱིས། །བརྩ་གཉིས་སྟོ་སྟོད་  
 ལག་ཤས་འདུལ། །བརྩ་གསུམ་སོ་བྱ་དན་རོག་འདུལ། །ཡང་གཅིག་གི་སོ་  
 ཡོན་ཉ་ཡིས་ཐུབ། །གསུམ་གྱི་ལྷ་ལུང་ག་གོ་ལས། །བཞི་ཡི་སྒྲུམ་དེ་འབྲུག་རུས་  
 ཀྱིས། །ལྷ་ཡི་ཁ་སྒྲུམ་དོམ་མཁྲིས་ཀྱིས། །རྩ་ག་གི་བྱ་ཡུན་དོམ་ཆོལ་གྱིས། །  
 །བདུན་གྱི་ཨ་ཁད་སྒྲུར་མོདེ་ཤས། །བརྒྱད་ཀྱི་རྒྱུད་སྒྲུལ་ཤས་ཐུབ། །དགུ་  
 ཡི་ཁ་ཆོལ་འབྲུ་བདུན་གྱིས། །བརྩ་ཡི་ཤོ་སྒྲུམ་དངས་མ་ལྷས། །བརྩ་གཅིག་ཆོལ་  
 ཆེ་མེར་བེ་ལྷས། །བརྩ་གཉིས་སོ་ཡོན་ནག་པོ་ལྷས། །བརྩ་གསུམ་བྱ་ཡུན་རྩ་  
 བ་ལྷས། །ཡང་དེད་དེད་ཤ་ཆེན་ལུང་སྒྲུག་གིས། །སྒྲིབ་དེད་རྒྱ་རུ་ཐང་ཐོམ་གྱིས། །  
 རྩྭ་རིགས་སྒྲུང་སྒྲོས་གསེར་མས་ཐུབ། །སྒྲོ་རིགས་ཤུག་གུ་ཆེར་མས་ཐུབ། །  
 ལྷ་ལུང་མ་བེ་ཏེ་ཡོདེ་ཤས། །གི་ལུང་པོང་ང་མེར་བོས་འདུལ། །འཐོར་བ་བཟང་  
 པོ་རྩ་ག་གིས་ཐུབ། །དེ་སོགས་མདུད་པའི་ཁམས་དང་དོ་བོ་ཡོན། །སྒྲུབ་དབྱང་

ཚད་མེད་གཞན་རྩ་ཤེས། འདྲ་ལྟ་བུ་བཅོས་གྱི་རིམ་པ་ལས། འདྲ་པ་འཐིབ་  
 དྲངས་ལྟ་བུ་ལ། བཅོས་ལོག་སྤངས་བའི་དོ་བཤད་ན། ཡར་ལྷང་ལན་རྩ་སེ་  
 ལྟོད་ནི། སྒྲུབ་པས་སྒྲུབ་ལོག་སྤངས་བའི་དོ། འདྲ་བཞིན་ཤིང་རིགས་དག་དང་  
 བློ་མེད་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་དང་ནི། འཕྲི་བྱུང་ལན་རྩ་སེ་ལྟོད་ན། སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་  
 ལོག་སྤངས་དོ་ཡིན། སྒྲུབ་དོ་བྱིས་པ་བབས་ནས་སྤྱ། སྒྲུབ་སྤངས་ནང་རྩ་རྩ་གཞི་  
 བབས། སྒྲུབ་ལོག་སྤངས་བའི་དོ་ཡང་ཡིན། སྒྲུབ་དོའི་ལན་རྩ་རྩ་གཞི་བབས། འདྲ་  
 ཡང་སྒྲུབ་མི་འཕྲོད་པའི་དོ། འདྲ་སྒྲུབ་སྤངས་ཞིབ་པར་དབྱུང་པར་བྱ། འདྲ་ནས་  
 བཅོས་གྱིས་ལན་ཐོགས་པའི། སྒྲུབ་པའི་ཁ་སྤོ་བཅུ་གསུམ་བཤད། གཅིག་  
 གི་སྒྲུབ་དིང་གཡུ་ཐོག་དེ། སྒྲུབ་པ་བྱི་བ་ལོ་པས་ཁ་སྤོ་བྱེད། གཅིག་གི་གཡུ་  
 བར་ཐོད་དཀར་དེ། སྒྲུབ་ལོ་པ་ཡིས་ཁ་སྤོ་བྱེད། འདྲ་བཞིན་ལོ་མིག་དང་སྒྲུབ་  
 བས། རང་རྩ་འདུག་མོ་ཨ་ཁད་ཅུ་མ་དང་། སྒྲུབ་ལྟེ་ཁ་ལང་སྤངས་དཀར་  
 ལོ་མོ་མེད་དང་། འདྲ་ཡིང་སྒྲུབ་ལྟེ་རང་སྒྲུབ་ལྟེ་དཀར་པ། རང་ཉི་འོད་ལྟེ་མ་  
 སྒྲུབ་ལྟེ་བུམ་ཀྱང་དང་། བྱ་རལ་ཀྱང་མེན་སྤོ་ལོང་ལྟེ་དཀར་པ། འདྲ་  
 ལྟེ་སྒྲུབ་སྤངས་ལོ་པའི་སྒྲུབ་པའི་ཁ་སྤོ་ཡིན། བཅུ་གསུམ་དཀར་ཐོག་སྒྲུབ་པའི་  
 དོ་མདངས་དཀར་པ། འདྲ་དག་སྒྲུབ་པར་བཏབ་ན་བཟང་། གཞན་ཡང་སྒྲུབ་པའི་  
 ལོ་མལ་དང་། འདྲ་བཅུད་དག་ལ་ཁ་གསལ་དང་། བཟང་སྤོ་བབས་ན་དོ་  
 སྤོ་ཡིན། འཕྲོད་དང་སྤོ་སྤོ་མེད་ན་བཟང་། འདྲ་གཏོ་རིམ་ཅི་དགོས་ལ། འདྲ་  
 དག་འདི་གཏོ་མཁན་ས་མལ་ཡིན། གཏོ་སེལ་ཨེ་ཡག་འདི་ལ་དབྱུང་། བཅུ་

གཅིག་དང་ཞིང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་གཏོ་སྒྲོམ་འགག་བཟང་བ་ཡིན། འདྲི་  
 རིམ་གྱོད་དཔྱད་བ་ལ། མཐུན་པས་མཐུན་པ་གཡང་བྱུང་གཏོ། སྒྲིང་མིག་སྒྲོག་  
 གསུམ་དིང་དིང་གསུམ། རྟེ་ཡི་བཅུ་གསུམ་བྱོད་ལུང་ན། འདྲིལ་འཁོར་སྒྲིང་  
 གི་ལྟ་བཤོས་ཡིན། སྒྲིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་དིང་དིང་གསུམ། གཞིར་བཞག་  
 བཅུ་གསུམ་བབས་ལུགས་ལ། སྒྲུམ་སྒྲོན་ཡོན་ཀཔ་ཨ་ཁད་དང་། བྱ་ལུན་མར་  
 མེགས་པ་བྱ་མཆུལ་དང་། སྒྲུམ་རྒྱུང་བུམ་པ་དཔྱད་གསུལ་ཡིན། རྒྱུང་བརྒྱུང་  
 བ་ཅ་ལ་རུམ་རྟོར་བྱེད་ཡིན། རྟེ་སྒྲོགས་ལྟ་རྟེས་སོ་སོ་ཡི། སྒྲུམ་འདུད་བབས་  
 བ་དེ་བཞིན་བྱ། འདྲིལ་འཁོར་བཞེངས་ཤིང་མཆོད་བ་བཤམ། རིམ་གྱོད་བསྒྲུབ་  
 བ་དེས་པར་པན། གཏོན་པོ་གང་བབས་དེ་ཡིན། གཏོན་པོ་ཞིང་གཏོན་མདོས་  
 སྒྲོགས། གང་ལ་གང་པན་བཏགས་ཏེ་བྱ། རྒྱུས་པར་གཏོན་ལྟ་སྒྲོར་དང་ནི། འ  
 གཏོན་མིག་ནང་བཞིན་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད། མདོར་བསྒྲུས་འདི་བྱ་བཟོད་བ་ནི། རྒྱུ་  
 བྱེད་ཡོན་ན་བཞི་དང་ནི། བདུད་ནད་བདུན་དང་ལྟ་ནད་བརྒྱད། གཏོན་ནད་  
 དཔྱད་དང་རྒྱལ་པོ་ལ། བཅུ་ལ་དེ་དེའི་རྟགས་ཤིག་འབབ། མང་མང་ན་ལྟ་  
 བྱེད་ལྟ་གསོལ་བྱ། སྒྲོག་གཏོན་གསུམ་སྒྲིན་པོ་བཀར། སྒྲོག་གཏོན་འདྲེ་བཀར་  
 རྟོངས་ཡས་བྱ། རྟོང་དིང་ན་འབབ་འདྲེས་པ་ན། ཤི་འདྲེ་གཤེད་སྒྲི་བཀར་  
 བར་བྱ། ལི་ཡན་བག་ལྷི་མང་ན་འགོང་པོ་བཀར། རུ་སྒྲོད་བདུད་དང་སངས་  
 མ་ཡམ། སྒྲུམ་རྒྱུམ་ཟེ་བཅོན་མདོས་བྱ། ལའར་བསྒྲུད་བ་མང་ན་གཟེར་གྱི་  
 རོ། འབུམ་དང་བཀའ་ཐང་ལུང་རྒྱན་བྱ། ལོ་བྲག་བབས་ན་འཆི་བསྒྲུད་དང་།



འབྲུད་བརྒྱུག་གཤེད་སྒྲིང་མདོས་རིགས་བྱ། །དབྱ་གཤེད་འབྲུག་སྐྱེད་ཡར་མདོས་  
 དང་། །སྒྲིང་སྒྲིང་ཞིབ་བརྒྱུ་ཆར་བྱ། །དྲུག་དོ་མང་ན་མ་བྱ་ཆེ། །གཤོན་དོ་མང་  
 ན་ག་ལྷ་བསྐྱུག། །འཆི་དོ་མང་ན་ཆེ་སྒྲུབ་བྱ། །ལོ་མལ་སོགས་ནས་ཕྱི་སར་  
 ཐལ། །བྲུ་བསྐྱུ་ཆེ་འགྲུག་སྐྱེད་ཏན་བྱ། །ཞིབ་པར་འོག་ནས་འཆད་པར་  
 འབྲུར། །གཏོ་རིམ་བྱས་པས་ཕན་ཐོགས་དྲགས། །སྟོན་པས་གི་འདུལ་ཉེར་  
 ལྷ་བཤད། །དགྲུ་ཡི་སྟེང་གི་སྒྲིན་དེང་གཡུ་ཐོག་དེ། །སྟོན་པས་སྐད་དོན་སྤུལ་  
 བཡིན། །དེ་བཞིན་དགྲུ་མིག་ཁོ་ན་ལ། །ཐེ་ཡེར་སྒྲུམ་སེ་བསེན་མོ་སྤུལ། །ཡིང་  
 དང་དཀར་ཐོག་ལྷ་གཤོན་སྤུལ། །སྒྲུམ་སེ་གཤེན་རབ་མཆི་ལམ་བདུད་ལ་  
 ཐེབ། །ཨ་ཁད་སྟོན་པས་བདུད་བཞི་སྤུལ། །ཁྱེ་བ་བག་སྒྲུམ་བྱ་བརྒྱག་དེ། །  
 །སྟོན་པས་ཐིལ་མོ་སྤུལ་བཡིན། །རེ་སེ་རྒྱུ་ནེ་སྟེ་བརྒྱད་གི་པོ་སྤུལ། །ཁྱེ་བ་སྐད་  
 ཁད་སྟོན་པས་ཁྱེ་འདྲེ་བརྒྱལ། །ལུ་ས་དེལ་དཀར་སྟོན་པས་གི་ཆོད་སྤུལ། །བྱ་  
 ལུན་དང་ཅེ་སྟོན་པས་དྲུག་མཆོ་སྒྲུལ། །ཁྱེ་བ་རྒྱུད་ཏར་ལྷ་དཀར་པོ་ནི། །སྟོན་  
 པའི་སྤུགས་ལ་ཉི་མ་ཤར། །བ་ཅ་ལ་རམ་སྟོན་པས་རྒྱལ་པོ་སྤུལ། །བྱ་རལ་  
 རིན་ཆེན་སྟོན་པས་ཁྱེ་གཤོན་སྤུལ། །སྐད་ཆོད་སྟོན་པས་བར་ཐེ་སྤུལ། །སྒྲུམ་  
 རུང་བུམ་པ་སྟོན་པས་སྐེ་སྤུལ། །ཁྱི་བུར་དབུ་མ་བཅོན་རྒྱལ་བདུན་སྤུལ། །  
 །རྒྱུང་པར་ཁྱི་བུར་སྟོན་པས་གཟུང་འདྲེ་སྤུལ། །མ་ཟེར་མ་ཐིག་སྟོན་པས་དོ་  
 བདུད་སྤུལ། །དཀར་ལ་རུ་ཐོག་སྟོན་པས་ངམ་ཁམས་སྤུལ། །ཁ་ལང་ཆེན་མོ་  
 །སྟོན་པས་གཤེད་བདུད་སྤུལ། །བྱོད་ལུར་སྟོན་པས་གི་གཤེད་སྤུལ། །ཆོལ་ཆེ་

ལུ་བརྒྱུག་གནམ་བདུད་ལུ། །མཚོ་ལྷ་རྒྱལ་སྟོན་པས་དམེ་འདྲེ་ལུ། །ཁྱུང་  
བརྒྱད་དུ་རིང་སྟོན་པས་གཟའ་གཉན་ལུ། །དུ་དག་དུང་སྟོང་སྟོན་པས་སྟོག་  
བདུད་ལུ། །འདི་རྣམས་གང་དང་གང་བབས་ཀྱང་། །འཕུའི་སྤྱང་མདའ་བྲག་  
ལ་ཟུག །གནམ་ས་བར་གྱི་གདུག་པ་ཅན། །གཤེན་རབ་སྟོན་པས་ལུ་བ་  
ཡིན། །གཏོ་དང་རིམ་གྱོ་གང་བྱེད་ཀྱང་། །དེས་པར་ཡན་ཐོགས་འབྱུང་ངོ་  
ཡིན། །

༥ དནི་བརྒྱུ་བ་གདོན་ལུ་བཤད། །དང་པོ་གནས་གྱི་གདོན་ལུ་ལ། །གཅིག་  
ལད་ན་ལུ་གཞི་ས་བདག་གོད། །གཉིས་གྱི་གཤེད་ཁྱིམ་མཚེས་བྲན་སྟོ་  
ཁྱི། །གསུམ་ལུང་གི་ཆུང་གི་ལུ་ཆའི་འདྲེ། །བཞི་སྤྱད་དང་བར་མཛོད་གོགས་གྱི་  
འདྲེ། །ལྷ་ཉེ་བ་ལུ་མིང་མག་པའི་ཕྱོགས། །དུག་ལུང་མེད་སྤྱད་དང་ཐབ་ཀའི་  
འདྲེ། །བདུན་སྟོ་འདྲེ་པ་སྟུན་ཏུ་སྒྲ་ཆས། །བརྒྱད་ལྷ་ས་ལྷ་ཉེན་མཚུན་ལྷ་ས་  
གོད། །དགུ་སྟེ་ནང་མཚམས་དང་གཟས་སར་ཡོད། །བརྒྱ་གནམ་ཐེལ་མ་  
སྟེ་ལུག་གི་རྩལ། །བརྒྱ་གཅིག་དག་སྤྱ་མཐོལ་རྩལ་གདོན། །བརྒྱ་གཉིས་སྟེ་  
སྟོ་དག་རྩལ་བྱུང་གྱི་ངོ། །བརྒྱ་གསུམ་ཡར་གཏོ་ཁྱུང་པས་ལན། །གཉིས་པ་  
མདུད་པའི་གདོན་ལུ་ལ། །རྩལ་དང་གང་གོད་ངོས་བཟུང་གཉིས། །དང་  
པོ་གདོན་གྱི་གནས་མལ་དུ། །དིང་དིང་གོས་དར་སྟེ་བྱུང་བ། །ཤིང་ལུགས་  
སྤྱང་མཐོ་བ་གདོན། །མགོན་གྱི་སྒྲ་བས་བཞིན་བརྟག་པ་དང་། །སྟེར་གསུམ་ཏུ་  
དང་སྤྱང་གི་སྒྲ་སྤབ་དང་། །འབྲི་མོ་དཀར་མཚན་ཅན་ཞིག་གདོན། །སྟེར་སྤྱང་

མུད་མེད་གཉིས་འགྲོགས་གྱི། །ལག་སྒྲུངས་མོ་ཆ་མོ་རྩས་དང་། །བྱར་བ་སྒྲུམ་  
 སུ་ཐག་ཆག་དོན། །སྒྲུམ་ཆན་གོ་ཆན་མཚོན་ཆན་གདོན། །ཡར་དིང་མདུང་ལ་  
 མར་དིང་གཞུ། །གར་བར་མར་གྱོན་ཞུ་ཡི་དོ། །ཡར་ལྷང་ཡར་གྱོན་ལྷུ་མ་གྱི་  
 རོ་། །ཨ་ཁད་སྒྲུག་རིས་གཟིག་རིས་དང་། །གཅན་ཟན་དང་ནི་དམར་པོ་རི་  
 མོ་ཅན། །དར་ཤི་གི་ཤིའི་ཟས་ནོར་གདོན། །མུད་ཁད་གཏམ་ངན་འཐབ་ཅོད་  
 རྩས། །རུ་སྟོད་གཡག་ནག་རྩས་ནག་དང་། །ཟས་གོས་རྒྱན་ཆན་གཤེའི་དོ། །  
 །སྒྲུམ་མོ་མགོན་མོ་ཆ་མོ་རྩས་གདོན། །སྒྲུམ་ངན་རིགས་བྱེ་ཡུག་ངན་བའི་རྩས། །  
 །སྒྲོ་བར་མགོ་སའི་རྟའམ་རྩས། །ཤིང་ཆན་གཤེའི་རྟེང་བ་གདོན། །སྐག་ཐག་དང་  
 །ནི་ཐུགས་གྱི་རིགས། །ཁུ་ཡོར་ནིས་ཞ་སྒྲོན་ཅན་གདོན། །ཡང་ན་དུར་ཟས་  
 སོགས་གྱི་དོ། །སོ་ཡོན་མགར་ཆང་མགར་བའི་རྩས། །ཡོང་བའི་ཟས་ནོར་  
 མིག་མེད་དང་། །གྲིབ་ནག་ཟས་ནོར་ནག་པོ་ཡིན། །མཚོན་སོ་ཆག་ཡུ་མེད་སྒྲེ་  
 རྒྱུ་ཡིན། །སེ་སྟོད་དམེ་ཕོ་དག་གི་རྩས། །ཤ་ཁྲག་ཁྱི་དང་རྩ་བུན་དམར། །  
 །ཟངས་སྒྲོག་རས་དམར་བཅད་འཕྲོ་ཅན། །བྱ་རལ་རུ་ནག་སྒྲུས་ནག་དང་། །  
 །ཁྱི་ནོར་ནག་པོ་རྩ་ཅན། །གོ་ཆ་ཐབ་ཆན་གཏུལ་ཞིག་གཉིས་བསྒྲིགས་བཅད་  
 འཕྲོ་ཆག་དུམ་ཅན། །སེམས་ཅན་སྒྲུ་ཤོ་རྩ་ཆག་པ། །དབང་པོ་མི་ཆང་བ་ཞིག་  
 གདོན། །གལ་བར་རྩ་བུན་ཁ་སེག་ཞོང་སེར་དང་། །མུབ་དང་བརྒྱུའི་ལག་གི་  
 །ནོར། །ཁྱི་སྒྲུར་མཚོན་ཆ་ཅོར་རལ་གྱི་དང་། །ཤག་ལེ་སྒྲུ་དང་ལི་ཡན་སྒྲུན། །  
 །གསེར་བྱ་ལྷ་ཁང་ཁྲ་པོའི་རྩས། །བརྒྱུའི་ཟས་ནོར་སེར་པོ་དང་། །གསེར་སོགས་

རྒྱལ་པོ་འཁྲི་བ་གདོན། །མ་ཟེ་གཅན་ཟན་པགས་པ་དང་། །ར་དང་མཆེ་ཟེར་  
བཅད་ཕྱག་རྒྱས། །བཅན་དང་གཤེད་འབྲམས་འཁྲི་བ་གདོན། །བྱ་རལ་རིན་  
ཆེན་གསེར་དབུལ་དང་། །མེར་པོ་རི་མོ་ཅན་ཡང་ཡིན། །སྒྲུམ་རྒྱུང་བུམ་པ་མདའ་  
མོ་ཆས། །གཡུ་བྱར་རིན་ཆེན་ཡིད་འོང་རྒྱས། །མུ་ས་དེལ་དཀར་གིང་ལས་  
བྱུང་། །དར་ལྗང་པོ་ཆས་ནོ་མཚོན་གོས། །ཁྲུང་ཟེ་ཁ་ལང་རྟ་རྒྱུང་ལྷགས། །  
དམར་མེར་ཉིས་བསྒྲིལ་སྒྲུམ་བསྒྲིལ་ཅན། །རྒྱལ་གདོན་འཁྲི་བའི་རྒྱས་ཡོད་  
དོ། །དཀར་ཐོག་གཡུང་རྒྱུང་དོར་དེལ་དུབ། །ལྷ་ཆ་ཡ་རབ་དག་གི་རྒྱས། །  
བྱ་བུར་གསེར་ཐིག་རྒྱལ་པོའི་མཛོད། །རྒྱུ་ལོར་དཔོས་བཟང་བྱད་ཁ་ཅན། །  
མ་ཟེ་ཚུ་མིག་ཁྲབ་ཟངས་དཀར། །རྒྱུ་མི་མཚོན་ཐོགས་ལག་ནས་སྤངས། །  
དུངས་མ་གཡུ་སྒྲོན་མ་བྱའི་མདངས། །བུམ་པ་རྩ་སྒྲུ་མཚོད་རྟེན་དང་། །མེར་  
འབུག་རྟག་གཟིག་རི་མོ་ཅན། །རྒྱ་ཡིག་ལ་སོགས་ཡིག་སྒྲ་གདོན། །བྱ་བུར་  
དབུལ་དང་ཁྲབ་བྱུང་དཀར། །དཀར་རྩུང་དེ་བཞིག་གདོན་བ་ཡིན། །ལི་ཡན་  
སྒྲེ་སྒྲོང་སྒྲོང་སྒྲོང་དང་། །སྤང་པོའི་ཟས་ནོར་སྒྲུ་པོ་གདོན། །ཚོལ་ཆེ་ལྷགས་  
རིགས་ལྷག་དང་ཁྲབ། །མི་ག་རྩ་སྒྲོན་པོའི་ལག་ནས་སྤངས། །བྱོད་ལུར་ལྷག་  
ག་ལྷག་ཁྲིད་དང་། །རྒྱུང་ཐང་དབྱུག་བཟུང་རྒྱུ་མི་སྒྲུ་རག་དང་། །དེ་སོགས་  
མདོར་ན་གདོན་དོན། །མདུང་པའི་ཁམས་ལ་བརྟགས་ནས་སྤྲུ། །སྒྲོ་ཆེ་རྟ་ལ་  
ཁྱུང་བརྒྱུང་མཛོད། །ལུང་ཁད་དེལ་སོགས་རང་རང་གི། །ཁམས་དང་མདོག་དང་  
བྱེད་ལས་དང་། །དབྱིབས་དང་གངས་དང་མིང་ལ་དབྱུང། །དབྱིབས་ལ་སྒྲོ་

ཆོལ་ཡན་ནི། །བྲུ་བཞི་བྱ་རལ་བྲུ་གསུམ་སོགས། །མདོག་ནི་མེ་ཁམས་དམར་  
 པོ་སོགས། །གངས་ནི་བྱོད་ལུང་གཅིག་སོགས་དང་། །བྱེད་ལས་སོ་ཡོན་མི་  
 གསལ་དང་། །བྱ་ཡུན་ཨ་ཁད་ལྟ་རེ་བ། །སྒྲིན་དིང་དིང་དིང་འབྱེལ་ལེ་བ། །  
 དེ་སོགས་སོ་སོའི་ཁམས་ལ་བརྟག། །མིང་ནི་མིང་ཐོག་སོགས་མཚུངས་དབྱུང་། །  
 དབེར་ན་ལུ་ས་སྒོ་བརྒྱག་ལ། །ན་ལུང་གཉིས་ཆ་གདོན་པ་དང་། །ཁྱི་ལུང་སྒོ་  
 བརྒྱག་ལྟ་གཉིས་སོགས། །ཞིབ་པར་དབྱུང་ན་མང་དུ་མཆིས། །དེ་ཀྱན་བརྗོད་  
 བར་མི་རྣམ་པས། །ཅི་རིགས་རང་གིས་བརྟག་ལ་དབྱུང་། །བརྒྱད་འདི་གདོན་  
 གྱི་ཁང་བ་ཡིན། །དལ་དཀར་དཀར་ཐོག་སྒྲུན་གསུམ་སོགས། །ལུ་བརྒྱག་  
 བཟང་པོ་ཁེར་བབས་ན། །དུན་དུན་ནད་པའི་གདོན་རོ་ཡིན། །རིན་ཆེན་གོས་  
 དར་ལྟ་ཆ་རིགས། །འོད་ཅན་རྒྱལ་པོས་བདག་བཟུང་གདོན། །མ་བརྒྱག་རན་  
 རྩ་སྒོ་བརྒྱག་དང་། །མེ་སྒྲོད་བྱ་རལ་སོགས་བབས་ན། །མ་རབ་རན་པའི་ཟས་  
 འོར་རིགས། །རྒྱིང་རྩལ་གྱི་བ་ཅན་གདོན་པ་ཡིན། །མ་ཟེ་ཁྱི་ལུང་རུ་སོད་སོགས། །  
 མཆོན་ཆ་དམེ་ཕོ་དམག་གི་ཆས། །གྲི་ངོ་གྲི་གཤེད་འཁྲི་བ་གདོན། །སྒྱ་ཞིབ་  
 དུངས་མ་ཁས་དམན་རིགས། །མའོག་རྒྱུང་མངོན་རྒྱུང་གདོན་པ་ཡིན། །གདོན་  
 རོ་ཆང་རབ་སོགས་བབས་ནས། །བཞི་དྲུག་བརྒྱད་གསུམ་གདོན་གྱི་ས། །རྒྱར་  
 འབྲིང་ཆེའམ་སྒོ་བར་ལུག་གསུམ་དུ། །བསྐྱད་ནས་ལོ་ལམ་སོགས་སྒྲུ་བབས། །  
 གང་བསྐྱད་དེ་ཡི་གདོན་རོ་ཡིན། །གཉིས་ལ་བྱི་ནང་མཆོམས་ན་ཡོད། །ལྟ་ལ་  
 འདས་ན་ཉེ་རིང་སར། །སོང་བ་ཡིན་ཞིང་དགྲུང་འདས་ན། །ནད་པ་སོས་ཀྱང་

བསྐྱུང་བས་མ་ཁྱོགས་ངོ་། །བརྩ་གཉིས་འདྲེ་གདོན་རང་ཡུལ་བསྟེགས། །ལོ་  
མལ་སྟེང་ནས་སོང་ན་ཡང་། །རང་སར་འཁོར་ན་ནད་གཞན་ལྡང་། །སྒྲུ་བ་  
ཞག་ཅིས་བྱ་བ་ན། །གཅིག་ནས་བརྩ་གསུམ་བར་དུ་ཡིན། །ཁྱོགས་ནི་གཉིས་  
པ་ཤར་ཁྱོགས་ནས། །རང་སར་འོང་བ་དེ་ནས་གདོན། །ཞིབ་པར་གཞན་ལས་  
ཤེས་པར་བྱ། །དེ་ནི་གདོན་ཆོགས་ངོས་བཟུང་བཤད། །ལྟ་བརྒྱ་དུས་ཀྱི་ཐ་མ་  
ལ། །སྟེ་བརྒྱད་ནད་ནི་ཆར་ལྟར་འབེབས། །དེ་བས་དེད་ག་དབྱེད་པ་གལ། །  
སྟེ་བརྒྱད་བརྟེན་དང་སྒྲུབ་པ་དང་། །སྟོག་སེར་ལྟས་རན་དབྱེད་ལ་ཡང་། །འདི་  
ཉིད་མཐོ་བས་ཤིན་ཏུ་གསང་། །ལྟ་འདྲེའི་སྟོག་སྟེང་རང་གནད་ཀྱི། །འཁོར་  
ལོ་འདི་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི། །བརྒྱད་འཛོན་མིན་པར་སྟེལ་མི་བྱ། །གཅིས་ཀྱང་ལུ་  
ལ་མི་བརྟན་ཞིང་། །དམར་ཀྱང་སྟོག་དང་མི་བརྟེ་བའི། །མན་དག་གཅིས་པ་  
འདི་ན་བཀོད། །སྟེང་སྟོན་ལྟ་འདྲེ་གཏུག་རྩུབ་ཆེ། །བཀའ་སྒྱུང་ཙེ་རག་ཆེ་བས་  
ན། །གསང་སྟེ་སྒྱུད་པར་བྱ་བར་གསུངས། །སྟེང་མིག་སྟོག་གསུམ་སད་ལམ་  
གསུམ། །ལྟ་ཡུལ་ལྟ་ཡི་སྟན་མ་འོང་། །ཀྱི་བ་ད་འོག་དཔྲད་བལ་དང་། །ཙེ་ར་  
ས་ཆོ་ཡར་ལྡང་དང་། །བྱ་བརྒྱག་དྲངས་མ་ཞོན་པ་རྣམས། །བྱུང་ན་དཔའ་པོའི་  
སྟན་མ་ཡིན། །སྟན་བརྒྱུག་གར་བབས་ཁྱོགས་སྒྲུབ་སྒྲུལ། །ཆོད་བང་ལུ་ཞིང་  
ཆོ་སྒྲུབ་བྱ། །ཁྱི་སྒྲུང་འགྲེད་བཅད་སྒྲུབས་སྒྲུ་བྱ། །ཁྱི་སྒྲུ་ར་སྒྲུ་བདུག་པ་བྱེད། །  
ཁྱི་སྒྲུང་ལས་དྲས་མིང་བདག་སལ། །སྒྲུང་རྩུལ་བྱས་ལ་དམན་ས་བཟུང་། །ཡང་  
ནི་གཟའ་ཡི་སྒྲུ་མཐུད་དབྱེད། །རྩུ་སྒྲུར་ལྷི་བུར་གཟའ་ཡི་ས། །སྟོན་པོ་རྒྱ་རྩེ་

ལ་ཡིན། རྒྱ་སྤར་སྒྱུམ་འདི་གཟའ་ཡི་ཡུམ། གྲུ་མོ་སྤལ་མགོ་བྲག་མིག་ཡིན། །  
 མུ་ས་ཤོར་ཁུང་བྲབ་འཇུག་ཆེན་པོ་ཡིན། རོག་པ་ཐེ་སྒྱུམ་སུ་པོ་གཟའ་རྒྱོད་  
 ཡིན། སྒྲོ་བར་ངམ་རུ་བོ་ནི། གཟའ་བྲན་གྱི་ལིང་འཕར་མ་ཡིན། གྲུ་ཅང་  
 ཡེ་གྲུ་བྲག་དེ་ནི། སུ་པོ་རོ་གཏི་ནག་པོ་ཡིན། སྒྲོ་བར་རྟིང་བཤལ་བྱ་བ་དེ། །  
 སྤང་མོ་ལུ་ཅ་རུ་མེ་ཡིན། བཟ་སྒྱུམ་སྤོན་མོ་ཆུ་ལམ་སྒྲོན་མོ་ཡིན། སུ་ཅ་སྒྲོ་བརྒྱག་  
 ཤར་གྱི་སྤྲུག་སྤོན་ཡིན། སུ་ས་སྒྲོ་བརྒྱག་ལྟོ་སྤོན་དྲེད་མོང་གཤོང་། སྒྱུམ་ཆད་  
 སྒྲོ་བརྒྱག་རུབ་ཀྱི་ཆུ་སྤོན་གཤོང་། སྒྱུམ་སེ་སྒྲོ་བརྒྱག་བྱུང་གི་རུ་མོང་གཤོང་། །  
 སྒྲུ་མོ་གཤོང་མོ་མཆད་བཞི་ཡིན། རྟིང་གི་སུང་ཁད་བྱ་བ་འདི། བཟ་ཁད་མ་བ་  
 ལྟ་ཆེན་ཡིན། རྟིང་གི་སྒྲོ་ཆེ་བྱ་བ་འདི། བཟ་ཁད་འཕྱི་ཆེན་ལྟེ་མ་ཡིན། ཟང་  
 བཟེ་སྒྱུམ་བྱ་བ་འདི། བཟེ་མིང་སྤོན་མོ་གེ་གཤོང་ཡིན། སོ་ཡོན་རྟིང་བཤལ་  
 བྱ་བ་འདི། གཟའ་བདུད་རྩུབ་མཇུག་རིང་ཡིན། འདི་རྒྱམས་གང་བབས་ལན་  
 རུ་ནི། མེ་རྩུག་མེ་བཟའ་ཡིན་པས་ཆུ་ཡིས་བཅོས། དེ་བཞིན་ས་སོགས་གཞན་  
 ལ་འགྲེ། ཡང་ནི་གཉན་གྱི་མོ་བཤད་པ། ཁ་འབན་གཉན་ཆན་དེ་བ་ཡིན། །  
 མ་ཟེ་གཉན་ལུ་མ་འཕར་མ་ཡིན། བྱ་སུར་བྱོད་སུར་ལྷི་སུར་གསུམ། གཉན་  
 གྱི་སུག་སུམ་བྱ་བ་ཡིན། སུང་གྱི་མ་ཟེ་བྱ་བ་དེ། ཤར་གཉན་གྲོང་བཟའ་ལ་  
 དཀར་ཡིན། སྒྲུང་མདོག་དཀར་ཞིང་བྲག་གཟེར་རྒྱུང་། སྒྱུམ་གྱི་མ་ཟེ་བྱ་བ་  
 དེ། ལྟོ་གཉན་སྒྲོ་བག་ཡུ་ཅེ་ཡིན། སྒྲུང་མདོག་སྒྲོ་ཞིང་བྲག་གཟེར་འཕྱིང་། །  
 རྟིང་གི་མ་ཟེ་བྱ་བ་དེ། རུབ་གཉན་ནག་པ་ལུགས་ཅེ་ཡིན། སྒྲུང་མདོག་ནག་

ཅིང་ཟུག་གཟེར་ཆེ། སློའི་མ་ཟེ་བྱ་བ་དེ། བྱང་གཉན་དམར་བ་མཆལ་ཅེ་  
ཡིན། སྦྱང་མདོག་དམར་ཁིང་སློག་ལ་རྒྱག། བཅུ་གཅིག་སྟེང་དུན་འབར་ན།  
གཉན་དེ་བ་གཞུང་བའི་རྒྱད་ལ་ཞུགས། གཅིག་ལ་ན་འབར་རྒྱང་བར་ཞུགས།  
ལུ་གསུམ་གང་བབས་ཆོགས་ལ་ནི། ཆ་ཆ་གས་དང་ནི་སྦྱང་ལོང་ལོང་། ལུས་  
ཀྱི་ས་མལ་གང་བབས་དེ་ལ་ཞུགས། ལན་འབྱུང་ཁམས་གང་བབས་དེ་དེའི་  
གཉན། གཉན་བཅོས་གཉན་འབུམ་གཉན་གྱི་བྱ་སྤང་བ་ཀྱལ། སྦྱོན་ཁྱུང་ལྔ་  
བརྟེན་ཅིང་བྱ་ཁྱུང་བསྐྱབ། ཡང་གཅིག་ཀྱུ་ཡི་སྟེ་ཆོན་བཤད། བག་ཆོ་ཆང་  
སྦྱང་ཀར་པོ་དང་། སང་བག་ཆོ་དང་མ་ཁྲི་གཤོག་དང་། སྦྱོན་དིང་འབྲི་མིག་  
འབྲིལ་བ་དང་། སྦྱོན་དིང་ཉ་མིག་ཅག་ཅིག་དང་། སོ་ཡོན་ཡིང་ཀུན་དཀར་  
མོ་རྣམས། ཀྱུ་རྒྱལ་རིགས་དང་ནི་རྩེ་རིགས་ཡིན། སྦྱུམ་དཀར་བ་མན་རྒྱ་  
ཤེལ་དང་། སྦྱུམ་གྱི་ནག་རྒྱུང་ཟལ་ཟལ་དང་། སྦྱུམ་ཆད་ལྷ་མོ་ཀྱུ་མོ་དང་།  
སྦྱུམ་གྱི་བདྲ་དཀར་པོ་དང་། སྦྱུམ་མ་ཟེ་གཡུ་ཡི་རྒྱུ་མིག་དང་། སྦྱུམ་རྒྱུང་ཕོ་མ་  
ལུ་གཡུ་མིག་དང་། སྦྱུང་གྱི་ཐང་ལེ་འོད་དཀར་རྣམས། ཀྱུ་དམངས་རིགས་  
དང་ནི་བྲམ་ཟེའི་རིགས། བཞི་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་འདི་རྣམས་བབས། ཀྱུ་  
མཆོད་ན་ཀྱུ་གཡང་འབེབ་བ་ཡིན། ཁོར་ལྷ་གཞི་ལྷ་ཀུན་ལ་བཟང་། མཛེ་ཕོ་  
གཙོང་ནད་བ་ལ་ངན། འིང་དིང་རྒྱ་ཚོད་རྒྱ་ཡེར་དང་། སྦྱུམ་སེ་སྦྱོད་བརྒྱག་དེ་  
དང་ནི། ལ་བར་སེ་སྦྱོད་སྦྱོད་བརྒྱག་དང་། སེ་སྦྱོད་བྱི་ལ་སྦྱུལ་མཇུག་བཞི།  
གདོལ་བའི་རིགས་ཡིན་བཞི་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་ལ། བབས་ན་ཀྱུ་དང་འདྲེས་



པ་དང་། །ཁྱུ་གཉེད་ཡོད་པས་ཁྱུ་གཉེར་བཞག། །འབྱུང་འདུལ་དབང་ལྷ་ཁྱུང་  
 རྒྱགས་བསྐྱེ། །ཁྱུ་སྤྱང་འཁོར་ལོ་ལུས་ལ་ཐོག། །མཛེ་ཐོ་གཙོང་ཅན་མོ་ལ་  
 བཟང་། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་སྤྲུགས་བཤད། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་གནས་  
 མལ་དུ། །རྒྱ་དོ་ལི་ཡན་བབས་བ་ན། །གནམ་ཐིལ་དཀར་པོ་གོ་པོའི་རྟ་ལ་  
 ཞོན། །གཏོ་ལ་འཛིམ་པའི་གོ་པོ་ལ། །གཟི་བཀལ་ནས་གདོན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་  
 བསྐྱལ། །གནམ་ཐིལ་དཀར་པོ་རྟ་ལོང་ཞེས། །གང་བབས་གངས་ཀྱི་འཕོད་པ་  
 བྱེད། །འཕོད་མི་དེ་ལ་གཟི་སྒྲིན་ནོ། །གཟི་འབར་སྤྱང་ལུང་བྱས་ན་ཡན། །མ་  
 སུབ་གཟི་བྱང་གཟུགས་ཀྱི་ཐེག་སྒྲུག་བྱ། །སྒྲུམ་བྲག་ལྷི་བུར་བྱ་བ་འདི། །ཐེའུ་  
 རང་ཀླད་པོ་རྒྱ་འགྱུར་དེ། །ཚངས་པ་དྲུང་གི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། །སྒྲུམ་ཆད་གཙོང་  
 སྤྱང་དོ་སེར་མ། །འཕོང་ལུམ་སེལ་མའི་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །ལུང་ཁད་བུ་ཆེན་མི་  
 ཁའི་རྒྱལ། །འབངས་རྗེ་ཐོད་དཀར་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །ཁྱོད་ལུང་ཁད་བུ་མཆུའི་  
 རྒྱལ་པོ་སྤྲེ། །ལི་བྱིན་རྟ་རའི་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །རྟོག་ནག་ལྷི་བུར་མང་ཐང་རྒྱལ་  
 པོ་དེ། །འབངས་བུ་སྤྲེས་གཅིག་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །རྟོག་པ་ལྷི་བུར་སྤྲོག་ལོང་  
 རྒྱལ། །དམ་ཅན་དོར་ལེགས་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །དམ་རུ་ལྷི་བུར་དམ་དའི་རྒྱལ། །  
 བེ་ནག་གི་ནི་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །ཟ་ཁ་ཡག་ཐུན་ལྷི་བུར་འདི། །སྤྲོག་རད་རྒྱལ་  
 པོ་བེ་རྟར་སྤྲེ། །ཁ་ཟ་ཐུན་ལུག་ལྷི་བུར་འདི། །དད་རྒྱལ་གསེར་རྟག་ལྷ་ཅན་  
 ཡིན། །ལི་ཡན་སྤྱང་པོ་སྤྲེ་རྩུབ་འདི། །བར་ཐེལ་ཁ་པོའི་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །བག་  
 ལྷི་ཐེའུ་རང་ར་འཛག་འདི། །ས་ཐིལ་ནག་པོའི་སྤྲུམ་དུད་ཡིན། །ཁ་སྒྲུམ་ཐེའུ་

རང་བྱུང་འཕྲུལ་མོ་འཕམ། །ས་སྒྲིན་ནག་མོའི་བླ་མ་དྲུག་ཡིན། །སྦྱིར་གྱི་མགོན་  
བླ་མ་གྲག་བར་འདི། །ཐེའུ་རང་རྣམས་ཀྱི་ཁང་བ་ཡིན། །འདི་རྣམས་བཞིག་གསུམ་  
བབས་ན། །སྤྲིད་མེད་བྱུང་མེད་འཆི་བ་ཡིན། །ལོ་མལ་གང་བབས་བྱུང་མེད་  
སྐམ། །གཞན་རྒྱལ་པོ་ཐེའུ་རང་ནད་གྱིས་ཐེབ། །རྒྱལ་མདོས་ཐེའུ་རང་དགུ་  
མདོས་བཏང། །འཇམ་དཔལ་འདོན་ཅིང་མགོ་གསུམ་འཕང། །ཆོ་ཐར་བཏང་  
ཞིང་སྦྱིན་སྒྲིག་སྒྲུག །འབྱུང་འདུལ་དབང་ཁྱེད་ཐེའུ་རང་གཏོར་བཞག་བྱ། །མོ་  
ཁོག་གཅིག་ལ་འདི་རྣམས་མང། །རྒྱལ་པོ་ལ་ཅན་གྱུར་ཅན་མདོས། །སྦྱི་ཆིངས་  
མདོས་དང་འཆར་ཁའི་གཏོན་གཤམ་དང། །ཁྱོ་རྡོ་གཏོར་སྒྲོག་ཁམས་ཆེན་ཐང་  
འབུམ་བྱ། །གྲེས་སྦྱི་སྦྱོར་བར་མགར་བ་ཡིན། །སོ་ཡོན་ཐམས་ཅད་མགར་ཆང་  
ཡིན། །བྲག་རན་བ་ཐམས་ཅད་མགར་བ་ཡིན། །སངས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་  
མགར་ཆང་ཡིན། །འཇུས་བའི་སྒོ་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་ཐོ་སྐམ་ཡིན། །བཅུ་སྟོ་  
ཡོན་ཆོལ་ཆོལ་མགར་འོད་ཡིན། །བྱི་སའི་སེ་སྦྱོད་མགར་གྱི་ཚྭ་ཚྭ་ཡིན། །མགར་  
བ་འདི་རྣམས་བབས་བའི་གཏོ། །མགར་བའི་མ་སྦྱེད་དུར་ས་དུར་དོལ། །  
མགར་ཆང་བཅའ་ལ་དེ་ནང་དུ། །འཇིམ་བའི་ར་ཡུ་ཁལ་ཡུ་དང། །མགར་ཆ་  
ཆང་མ་བྱས་ལ་སྒྲུག །ཤིང་ནག་བདུས་ནས་མེ་ལ་བསྒྲིག། །མགར་ལེ་སང་རྒྱལ་  
པོ་མེ་ཐལ་ཞེས། །གང་བབས་གངས་ཀྱི་འཕོད་བ་བྱེད། །བྱི་སར་བག་ཁྱི་བྱུང་  
བ་ན། །ར་བྱིད་ཅན་གྱི་མགར་ཆང་བསྐྱལ། །མགར་ལེ་སང་རྒྱལ་པོ་མགར་  
བ་དང། །ར་བྱིད་ཅན་དུ་འགོ་རན་ཞེས། །འཕོད་བ་བྱས་ལ་དེ་རུ་བཞག །

དིང་དིང་བྱུང་ན་དཔལ་འབྱོར་ཅན་རྒྱ་དང་། སྒྲུམ་རིགས་བྱུང་ན་ལོང་མོ་ཟེར་  
ནས་འཕོད། །བྱ་ཡུན་བྱུང་ན་རྒྱང་སྒྲུབས་ཟེར་ནས་འཕོད། །བྱོད་སྤར་ཨ་དབལ་  
ཟེར་ནས་འཕོད། །ཁྲི་བུར་འབུམ་ཁྲི་ཟེར་ནས་འཕོད། །ཨ་ཁད་སྒྲུག་སྒྲུབས་  
ཟེར་ནས་འཕོད། །ལྷང་ཟེ་འབྲུག་སྒྲུབས་ཟེར་ནས་འཕོད། །ཐང་ལེ་ཆོས་བཟང་  
ཟེར་ནས་འཕོད། །འདི་རྣམས་མགར་ཆང་གཏོང་ན་སྒྲུལ་བའི་རྒྱས། །སླིང་འབྲ་  
མིན་པར་སྟོན་མི་ཉན། །ལྷ་འདྲེ་ཞེ་ནག་རང་ལ་ལྷོག། །དེ་སླིད་པའི་འདྲེ་དགྲའི་  
སྒྲ་གནས་ཡིན། །ད་གཙུག་ལག་གཏོན་བརྩའི་དབྱུང་པ་ལ། །རྒྱུད་ལི་ཡན་  
ཞེས་བྱ་བ། །ཐེའུ་རང་ཁྲིས་པས་རང་སྟོག་བཅད། །གནམ་ཐིལ་དཀར་པོ་བྱ་  
བ་ཡིན། །ལུང་བར་བྱ་རལ་ལུམ་སུས་འདི། །ས་ཐིལ་ནག་མོ་བྱ་བ་ཡིན། །ཆེ་  
བ་སེར་བ་རུམ་པོ་དང་། །བསྔོང་བ་དེ་ནི་ན་འབན་ཡིན། །སེར་བ་ལྷ་ཁྲིད་བྱེད་  
ན་བཟང་། །དེ་མིན་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་ངན། །དེ་འོག་བྱང་བཅན་དམར་པོ་དང་།  
བསྔོང་བ་བྱ་མེད་ཡིན་པར་བཤད། །ཐེའུ་རང་བསྒྲུབ་བ་བྱེད་ན་བཟང་། །དེ་  
འོག་བད་ཀར་སྒྲུ་པོ་དང་། །བསྔོང་བ་སེ་སྟོད་ངན་རིགས་ཡིན། །མདེ་ལོ་རྣམས་  
ཀྱི་མོ་ལ་བཟང་། །དེ་འོག་རྒྱ་ཐན་མིག་དམར་དང་། །བསྔོང་བ་རྒྱུད་གི་ལུང་  
ཁད་ཡིན། །ཆར་ཆོད་བྱེད་ན་བཟང་བ་ཡིན། །དེ་འོག་དུག་གི་རྒྱ་རིང་དང་།  
བསྔོང་བ་སྟོབ་པར་ཡིན་པར་བཤད། །དུག་གི་ཕྱག་ཆང་བྱེད་ན་བཟང་། །དེ་འོག་  
གཤིན་ཇེ་ནག་ཆགས་དང་། །བསྔོང་བ་རྒྱ་སྤར་རིགས་ཡིན་ནོ། །དེ་འོག་ཆགས་  
པ་ཐན་འགྱེད་དང་། །བསྔོང་བ་མ་ཟེ་ཡིན་པར་བཤད། །སྒྲགས་པ་རྣམས་ཀྱི་

མོ་ལ་བཟང་། །དེ་འོག་སྤྱབ་མ་མགོ་འཁོར་དང་། །བསྐྱོང་བ་ལི་ཡན་ཡིན་པར་  
བཤད། །མགོན་པོ་ར་ལེན་ར་བསྐྱེལ་མོ་ལ་བཟང་། །གཙུག་ལག་གདོན་བཅུ་  
འདི་རྣམས་ནི། །བཞོག་གསུམ་དང་སྒྲིང་མིག་སྒྲིག་ །ལོ་མལ་གང་དུ་བབས་  
ཀྱང་ངན། །དམག་ཆེན་འཁྱིད་དང་ཁྲག་ཟོར་འཕེན། །གཏུག་ཤེར་ས་རྟོ་རྩོ་  
རྟོག་ལ། །བཅུ་གཅིག་བཅུ་གསུམ་བབས་ན་བཟང་། །དེ་མིན་ཅི་ལ་བཏབ་ཀྱང་  
ངན། །འདི་དག་རྣམས་ཀྱི་ལན་དུ་ནི། །རུ་སྔོན་དཔལ་དར་འབྱུལ་བཟང་། །  
ཨ་ཁད་རྩེ་མ་དབྱེལ་བཟང་། །གལ་བར་ཐོད་དཀར་སྒྲེལ་བཟང་། །སྒྲུམ་བུ་  
བརྒྱུག་གང་བབ་སྔོང་ལ་བཟང་། །ཡང་ནི་མ་མེའི་བླ་རྟགས་བཤད། །དིང་དིང་  
ཤལ་ཆེན་གཡོན་དར་དང་། །དིང་དིང་ལྷོག་ག་དཀར་མོ་དང་། །དིང་དིང་སྔོན་  
སྒྲུང་ཆེན་མོ་དང་། །དིང་དིང་ཉ་ཁྲི་ཉི་མིག་དང་། །དིང་དིང་ན་མཁར་གཡུ་རྩེ་  
དང་། །དིང་དིང་བླ་དཀར་པོ་རྣམས། །བརྒྱད་དང་བཅུ་གཅིག་ལ་བབས་ན། །  
ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོའི་བླ་གནས་ཡིན། །མཁའ་འགྲོ་བསྐྱབ་པའི་མོ་ལ་བཟང་། །  
བུད་མེད་མོ་ལ་ལོ་མལ་བབས། །མཁའ་འགྲོ་མ་ཡི་རིགས་ཡིན་ནོ། །རྟགས་  
ལ་གནས་མལ་གང་བབ་པར། །ཤ་མཚན་སྒྲེ་བ་དཀར་པོ་ཡོད། །ཁོར་བུ་དུང་  
དཀར་ལྟ་བུའི་ཤ་མཚན་ཡོད། །ཁྲི་སར་མཁའ་འགྲོའི་སུན་མ་ཡིན། །སུན་སྒྲོག་  
གར་བབ་ཐོགས་སུ་བསྐྱལ། །སྒྲུམ་བུ་དཀར་པོ་ཞེས་པ་འདི། །ཁ་རག་བྱུང་  
བཅུན་བླ་མ་དུང་ཡིན། །དེ་ཡི་དུང་སྤེལ་དཀར་པོའི་རྟ། །སྒྲིན་དིང་གཡུ་ཐོག་  
དེ་ཡིན་ནོ། །བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་བབས་ན་མི་ནོར་འཕེལ། །སྒྲུམ་རྒྱུང་བུམ་པ་

གསེར་མིག་དེ། བཀྲ་ཤིས་ཆོ་རིང་མ་ཡི་སྒྲ། དེ་ཡི་ཆིབས་པ་ཉི་ཟེར་གྱི།  
 ཏྲཱི་བག་གི་བྱ་ཡུན་ཡིན། །སྒྲུམ་ཆད་བུམ་པ་གཡུ་མིག་ནི། བཀངས་དཀར་ཤ་  
 མེད་མ་ཡི་སྒྲ། ཆིབས་པ་གོང་རྟ་གཡུ་སྒྲོན་ནི། །སྒྲུམ་མཉམ་གྱི་ནི་བྱ་བརྒྱག་  
 ཡིན། །སྒྲུམ་ཆད་ལྷ་མོ་ཞེས་པ་ནི། །ཀོང་བཙུན་དེ་མོའི་སྒྲུ་མདུད་ཡིན། ཆིབས་  
 པ་རྟ་ནག་ལྷགས་སྒྲོན་ནི། །རུ་སོང་དཔལ་གྱི་དར་ནག་ཡིན། །སྒྲུམ་ཆད་གྲུ་མོ་  
 ཞེས་པ་ནི། །གཡལ་འབྲི་སི་ལིའི་སྒྲུ་མདུད་ཡིན། ཆིབས་པ་རུས་སྒྲལ་མགོ་  
 དགུ་ནི། །སྒྲིན་དིང་ཉ་མིག་ཅག་ཅིག་ཡིན། །སྒྲུམ་དཀར་བ་མིན་རྩ་ཤེལ་ནི།  
 །སྒྲུན་གཅིག་དིང་མོ་གལ་གྱི་སྒྲ། ཆིབས་པ་གཡུ་བྱིལ་སྒྲོན་པོ་ནི། །སྒྲོ་སང་  
 བརྒྱག་གཅིག་སོང་བ་ཡིན། །སྒྲུམ་མ་ཟེ་གཡུ་ཡི་རྩ་མིག་ནི། །སྒྲུན་གཅིག་ལུག་  
 ཆོས་དབྱར་མོ་ལུམ། ཆིབས་པ་གསེར་བྱིལ་སེར་པོ་ནི། །སྒྲོ་སང་བརྒྱག་གཉིས་  
 སོང་བ་ཡིན། །སྒྲུམ་གྱི་དྲུངས་མ་གཡུ་སྒྲོན་ནི། །སྒྲུན་གཅིག་ཤེལ་བྲག་འོང་མཆོ་  
 མ། །རྟ་ལྷ་བྱ་གོང་མོ་བྱོད་ལུར་ཡིན། །སྒྲིར་བུན་ནེ་ལུམ་གཡུ་སྒྲོན་མ། །རྟ་  
 །སྒྲུན་ཤ་ལྷ་མོ་དམུ་དག་ཡིན། །སྒྲུམ་ནག་ནག་རྩུང་ཟལ་ཟལ་ནི། །སྒྲུན་གཅིག་  
 ཐོ་ལེ་གཡལ་བཞུར་ལུམ། །རྟ་སྒྲོག་ཟེར་ཞགས་པ་བྱོད་ལུར་ཡིན། །སྒྲུམ་ཆད་  
 །སྒྲུམ་སྒྲིར་གཉིས་ལ་བརྒྱག་གཉིས་བཅས། །སྒྲུམ་ཆད་ལྷ་མོ་གྲུ་མོ་ཡིན། །སྒྲུན་  
 གཅིག་གནམ་ལ་སྒྲས་འཛིན་སྒྲ། །བ་པོང་ཡེ་ཟེད་རྟ་ནི་སོ་སང་ཡིན། །ལི་ཡན་  
 རྩུང་བྲག་ཤག་ནག་ན། །སྒྲུན་གཅིག་ཀུན་ལ་དབང་བརྒྱར་མ། །སྒྲིག་བུའི་རྟ་  
 ཐོ་ལི་ཡན་ཡིན། །ཨ་ཁད་རྩེ་མ་ཞེས་པ་ནི། །སྒྲུན་བཞི་སད་ལེ་མེ་འབར་མ། །

སྤྱིན་དམར་མེ་ཁྱེར་རྟ་དེ་ནི། །ཡུང་སྟག་གསེར་མིག་བྱ་བ་ཡིན། །དུ་མ་མཆོ་  
འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་མོ་ནི། །སྤྱིན་མཆོ་ལ་དབང་བསྐྱར་མ་ཡི་སྤྱ། །པག་མཆོ་འབྲུལ་  
གྱི་རྒྱལ་མོ་ནི། །སྤྱིན་གནམ་ལ་དབང་བསྐྱར་མ་ཡི་སྤྱ། །འཇའ་ཆོན་སྒྲ་ལྷའི་  
རྟ་དེ་ནི། །དུ་མ་དག་གླིང་བཞི་བྱ་བ་ཡིན། །སང་མཆོ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་མོ་ནི། །  
སྤྱིན་གཅིག་བར་སྤང་དབང་བསྐྱར་མ། །བྱ་རྒྱལ་ཁྱེད་གི་རྟ་ཆིབས་པ། །ཁྱེད་  
བརྒྱུད་མདོར་བཞེས་པ་ཡིན། །སྤྱིན་ཆེན་འདི་རྣམས་བཞི་བརྒྱད་བཅུ་གཅིག་  
ལ། །བབས་ན་མི་ནོར་ཀུན་ལ་བཟང་། །གང་བབ་སྤྱིན་བཅུན་དེ་ཡི་རྟེན། །  
ནོར་ལྷག་དཀར་མཚན་ཅན་ལ་བཅའ། །སྤྱིག་ཤོད་ཆོགས་གསུམ་སྤྱ་དཀར་  
ཆོགས་གསུམ་ལ། །དར་ཆོན་སྒྲ་ལྷ་རིན་ཆེན་བདག་ས། །སྤྱིན་དེའི་མིང་གིས་  
རྟེན་དུ་བཅུག་ས། །ལོ་མལ་བབས་ན་སྤྱིན་བཤོས་དང་། །དར་ཆོན་མིང་ནས་  
འབོད་ལ་མཆོད། །སྤྱིན་གྱིས་དཔལ་སྤྱིར་དར་རྒྱས་འོང་། །གཞི་བྱར་རང་སར་  
སྤྱིན་བཅུན་མགོན། །ཕྱི་སར་གང་བབས་སྤྱིན་མ་ཡིན། །སྤྱིན་སྤྱོད་བྱ་ཞིང་སྤྱིན་  
འགྲོགས་བྱ། །ཕྱི་དང་ནང་དུ་འདྲེས་མར་བབས། །སྤྱིན་བཤོས་དཀར་པོ་བཞི་  
དག་ནི། །མར་གྱི་ཁུ་ལུ་དང་བཅས་པ། །གོས་དཀར་ཅན་གྱིས་ཤར་དུ་བསྐྱལ། །  
གོས་སྤོན་ལྟོ་དང་དམར་པོས་རུབ། །མེད་པོས་བྱང་བསྐྱལ་ཁུ་ལུ་དང་། །གཏོར་  
མའི་གངས་ནི་གང་བབས་བསྐྱལ། །སྤྱིན་བཤོས་ཤར་ལུ་མོ་དབུས་སྤྱིན་བསྐྱལ། །  
ཡང་གཅིག་སྤྱིན་མོ་ཤི་འདྲེ་དང་། །གསོན་འདྲེ་རྣམས་ཀྱི་དབྱེད་ལ་ནི། །གཉིས་  
ལྷའི་སྤྱིར་ལྷན་ར་བརྒྱག་ནི། །ནམ་མཁའི་སྤྱིག་མོ་སྤྱོད་འགྲུའི་སྤྱ། །བརྒྱག་མེད་

བར་སྒྲུང་གྲོག་མོ་འགྱུར། །གཉིས་ལཱ་འཁྲུམ་གྱི་དྲངས་མ་ནི། །ས་སྒྲིན་ནག་  
 མོའི་བྲུ་མདུད་ཡིན། །འདི་གསུམ་རྟ་ནི་རྩ་མོང་དང་། །ར་དང་ཁྱི་གསུམ་ཡིན་  
 བར་བཤད། །གཉིས་ཀྱི་སྒྲུར་ལུང་དང་སྒྲུམ་ཆད། །དྲངས་མ་འདི་གསུམ་བྲན་  
 གྱི་གསོན་འདྲེ་ཡིན། །འདི་རྒྱམས་ལཱ་ལ་བྲུ་སྒྲིང་གསོན་འདྲེ་མོ། །དགྲ་བཙུར་  
 མ་སྒྲུའི་གསོན་འདྲེ་མོ། །བཙུག་ཉིས་བཙུག་སུམ་མགོ་དཔོན་དང་། །ཉི་བ་ཁང་  
 རྒྱུགས་གསོན་འདྲེ་ཡིན། །འདི་རྒྱམས་ཀྱི་ནི་མཆན་ལན་ལ། །ན་འབན་ཐོག་  
 གིས་བསད་པའི་ཤི་འདྲེ་ཡིན། །འཁྱི་བྲུར་སྒྲོ་བརྒྱུག་གྱི་ཡི་ཁར་ཤིའི་འདྲེ། །དམ་  
 དག་སྒྲོ་བརྒྱུག་མགྲུལ་པ་འགགས་པའི་འདྲེ། །དིང་དིང་སྒྲོ་བརྒྱུག་ཆུ་ནང་ཤི་  
 པའི་འདྲེ། །འཁྱི་ཡན་དགོ་མ་ཡུག་ཅན་གྱིས་བསད་འདྲེ། །བྲུ་མེད་སེ་སྒྲོད་བན་  
 རྒྱེས་བསད་པའི་འདྲེ། །ལ་ཐང་སེ་སྒྲོད་པོན་པོས་བསད་པའི་འདྲེ། །སེ་སྒྲོད་  
 སྒྲོ་བརྒྱུག་མཛེ་པོ་དམེ་པོས་བསད་པའི་འདྲེ། །འདི་རྒྱམས་གཏོ་ལ་གསོན་འདྲེར་  
 བཅའ་ཉི་བཙུགས། །རྩ་མོ་དོས་གར་བབས་རྒྱུགས་སུ་བསྐྱུལ། །གང་བབ་  
 རྒྱུགས་ཀྱི་ནག་མོ་རྒྱམས་ལ་ནི། །ཆང་སྒྲུད་ཤི་འདྲེའི་གཏོ་ལ་ནི། །བཅའ་ཉི་  
 བཙུགས་ཤིང་སྒྲིན་མོ་དགྲུ་མདོས་ནི། །གར་བབས་རྒྱུགས་སུ་བསད་པའི་མི་  
 དེས་བསྐྱུལ། །དེ་རྒྱམས་ལ་ནི་ཤ་བྱིན་ནས། །ཆེར་མས་སྒྲུད་མོས་ཁྱིམ་ཐུག་  
 ལ། །སྒྲོ་ཐེམ་ནང་དུ་ཐབས་ཀ་བཅའ། །མེ་ནང་སྒྲུ་ཤད་ཁྱི་སྒྲུ་དང་། །སྒྲོག་ས་  
 རན་ཉེ་རན་ཡུད་དང་། །ཡོག་མགོ་རན་བརྒྱུག་ཁྱུང་ད་རྒྱམས། །ནག་མོ་དགྲུ་ཡིས་  
 གཞོབ་བྲུ་ཁོང་། །མ་འདོམ་ཕོ་མོ་བསྐྱེས་མས་བྱ། །སྒྲིན་མོ་གཞོང་ལ་སྒྲུ་མ་ཟེར་

བའི། །འཕོད་པ་ལན་དགུ་བྱས་ནས་སྟ། །ཐལ་སོལ་ཕྱོགས་བརྒྱད་དབུས་  
 དགུར་བསྐྱལ། །རྒྱ་ཅི་ཞལ་ཁུ་རེ་རེ་གཏོར། །ཁྱིམ་མོ་སྐྱུས་ཕྱོགས་ཟེར་བ་ཡི། །  
 །འཕོད་པ་དགུ་རེ་བྱེད་དུ་བརྟུག། །དེ་རྒྱམས་ལ་ཁི་སྐྱར་གསུང་དགུ། །ཅན་གྱི་ཟོམ་  
 །ནས་ཆང་བྱུང་ལ། །སྟུ་བྱུངས་བརྟུག་ནས་ཁྱིམ་མོ་རྒྱམས། །སྟུ་ལ་ཉོན་ཟེར་  
 །གཏམ་མང་བྱ། །སྤང་མ་ཡལ་གྱི་རྒྱན་མོར་བྱིན། །འདྲེ་མོ་རྒྱམས་གྱི་གདོན་རྩུང་  
 །ཡིན། །བདུད་གྱི་བླ་ཏྲགས་བཤད་པ་ན། །རུ་སོད་བདུད་གྱི་བླ་ཏྲགས་ཡིན། །  
 །གཡས་བརྒྱུག་མི་བདུད་འབྱམས་པ་ཁྲག་མགོ་ཡིན། །གཡོན་བརྒྱུག་སྟུ་བདུད་  
 །ནག་མོ་གཟུངས་མཆུ་ཡིན། །གཡས་མགོར་བརྒྱུག་གཉིས་བཅས་པ་དེ། །  
 །བདུད་ཆེན་རེ་སྡེ་མགོ་ཡག་ཡིན། །དཀྱིལ་དུ་བརྒྱུག་གཉིས་བཅས་པ་ན། །  
 །བཅན་བདུད་རྒྱལ་པོ་ཉེ་རུ་ཡིན། །གཡོན་ན་བརྒྱུག་གཉིས་བཅས་པ་ན། །  
 །བདུད་རིགས་ཀུན་གྱི་བླ་གནས་ཡིན། །འདི་རྒྱམས་བཞི་བརྒྱད་བརྟུག་ཅིག་ལ། །  
 །བབ་ན་ཐོན་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །ཐོན་པོ་གཅིག་ལ་མི་བདུད་གསུམ། །གཏོ་ལ་  
 །མི་བདུད་རྗེས་གནང་ལྟ། །བརྗེ་རྒྱམས་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །མགོན་པོ་ལེགས་  
 །ལྷན་ནག་པོ་དཔལ། །གྲི་གྲུག་བཟུང་ནས་ཐུར་འགྲོས་བྱེད། །བན་གསར་གཅིག་  
 །ལ་མགོན་པོ་གསུམ། །འབྲུ་རིགས་རྒྱམས་གྱི་མོ་ལ་བཟང་། །འབྲུ་མི་རེས་  
 །གཅིག་ལ་དར་རེས་གསུམ། །བཤེག་བབ་ན་བདུད་རྫོང་དང་། །ཆོས་རྫོང་རྫོང་  
 །བ་གང་མང་བྱ། །ལོ་མལ་ཆོས་རྫོང་བདུད་གྱི་རྫོར་མདོས་བྱ། །བཅན་ས་བ་  
 །ཁོག་ལོ་མལ་དུ། །སྟུས་ཏྲ་རུ་སོད་རུ་སོད་སྐྱ་བརྒྱུག་དང་། །སྐྱམ་ཁྲག་རུ་སོད་



ཅུ་སྐར་མྱི་ལུར་ན། གྲི་གཤེད་ཡིན་པས་གཤེད་ལུང་བྱེད། །བདུད་གྱི་ཁྲམ་  
 མེལ་ཁྲམ་བརྒྱུག་བྱ། །ར་གཞོབ་གར་བབས་ཕྱོགས་སུ་བྱེད། །གསེབ་རི་ནག་  
 རོ་གཞོབ་ལ་སྒྲོམ། །ཟེར་བའི་འཕོད་པ་མང་དུ་བྱ། །གྲི་བཙན་ར་ཙོས་དབང་  
 ལུལ། །གྲི་པོ་དབང་ལ་རྒྱས་ཞེས་འཕོད། །དེ་དག་རྣམས་ལ་ཁོར་མགོ་སྒྲིན། །  
 ཡང་བཙན་རིགས་རྣམས་ཀྱི་མོ་བཤད་པ། །སང་མ་ཟེ་ལྷ་བཙན་དཀར་པོ་  
 ཡིན། །སྒྲུམ་མ་ཟེ་ཅུ་བཙན་སྒྲོན་པོ་ཡིན། །བརྒྱག་གཅིག་ཡ་བརྒྱ་བདུན་ཡིན། །  
 བརྒྱག་གཅིག་ཤན་པ་མི་བདུན་ཡིན། །རྫོང་མ་ཟེ་ས་བཙན་ནག་པོ་ཡིན། །  
 བརྒྱག་གཅིག་རྩོད་རིང་དམར་པོ་ཡིན། །བརྒྱག་གཅིག་རྩི་ལ་ཐོག་རྒྱག་འགྲེལ་  
 ཡིན། །སྒྲོམ་ཟེ་བྱང་བཙན་དམར་པོ་ཡིན། །བརྒྱག་གཅིག་དམ་ཙན་རྩོར་  
 ལེགས་ཡིན། །བརྒྱག་གཅིག་ཨ་བསེ་རྒྱལ་པོ་ཡིན། །བརྒྱག་མེད་བཞི་བཙན་  
 ལྷམ་མཆོད་བཞི་ཡིན། །འདི་རྣམས་བན་པོན་བཙན་མཆོད་བྱེད་ལ་བཟང་། །  
 བཞིག་བབས་ན་བཙན་སྒྲོང་བཙན་མདོས་བྱ། །བཞི་བརྒྱད་བརྒྱག་སྐྱམ་བབས་  
 ན་ཤ་རུ་བྱེད། །ལོ་མལ་བཙན་གྱི་རྩེས་གནང་ལྷ། །ཕྱི་སར་བཙན་གྱི་ཁྲམ་  
 ཕྱིས་བྱེད། །དག་བྱུབ་གང་བབས་གངས་བསྐྱུན་པའི། །ཤ་རུ་དུམ་བུ་ལྷ་བ་  
 དམར་པོས་བདུམ། །གང་བབས་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིར་ལ་བདག་ས། །སྡེ་བརྒྱད་  
 གཞོད་རོ་གང་ཤར་གྱང་། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལ་བསྐྱུང་རྒྱུག་བྱ། །དེས་ནི་  
 ཞི་དང་བདེ་ལེགས་འགྱུར། །དེ་ནི་ཐན་རོ་དབྱུང་པ་ལ། །མི་འདོད་ཐན་དང་  
 ལྷས་ངན་ངོ་། །སྒྲུམ་དང་རྫོང་གི་མ་ཟེ་དང་། །སྒྲུམ་རྒན་གཞུང་འཛིངས་དག་

དང་ནི། གླུ་མ་གནམ་ས་མ་སུ་འདུས་པའི་བྲག གླུ་རྩོམ་པ་ཐང་ལེ་ལ་སོགས་  
རྣམས། །བ་ལོགས་གར་བབས་ཐན་ངོ་ཡིན། །མར་ལྷིང་ཁུ་ཡོར་གླུ་གསུམ་  
དང་། །ཁྱུང་ཀུན་མར་སངས་སྒོ་བརྒྱལ་གི །ཅ་སངས་པ་བཞི་དང་ནི། །བྲག་  
གི་ངན་རིགས་པལ་ཆེ་བ། །གང་བབས་ཐན་དང་ལྟས་ངན་མོ། །ཡང་བཞི་ལ་  
ཞོན་པ་ཅན་བྱུང་ན། །ཐན་དང་ལྟས་ངན་ངོ་ཡིན་ནོ། །ཡི་ཡན་ཞོན་པ་རི་བོང་  
ཁྱིམ་དུ་འོང་། །ཡང་ན་ལྷ་ཕྱིང་ཕྱིང་བ་ཡལ། །མ་ཟེ་ཞོན་པ་སྲིག་པ་ཁས་དེད་  
དམ། །ཡང་ན་གཅན་ཟན་དག་གི་ཐན། །བྱོད་ལུང་ཞོན་པ་བྱ་ཐན་བྱད་ཁ་  
ཡིན། །བྱ་རལ་ཞོན་པ་གཅན་ཟན་མྱིག་ཆག་ཐན། །གླུ་མ་ནག་ཞོན་པ་སྐྱལ་  
ནག་ཁྲུ་གཉན་ཐན། །ཆོ་ལ་ཆེ་ཞོན་པ་སྒོ་ཟླ་ཟས་ཀྱི་ཐན། །མི་སུར་ཞོན་པ་  
ཞིང་ལ་ངོ་ཐན་དང་། །མཆོན་ལ་མི་འདོད་ལྟས་ངན་ངོ། །ཁྱུང་བརྒྱུད་ཞོན་པ་  
ཁང་ཆོག་ཀ་གཏུང་ཆག །སྒོ་ཆེ་ཞོན་པ་སྒོ་ཟླ་ར་མ་སུད། །སུམ་མཉམ་ཞོན་  
པ་ལོ་རྟོག་ཁོལ་སུར་སོང་། །ཡང་ན་ལྷ་གས་སྐྱུང་བླ་བྱུག་བྱིད། །བྱ་ལུན་ཞོན་  
པ་ལྷག་བས་ཉ་ཉ་ཟེར། །མ་སྐྱུམ་ཞོན་པ་དུར་ཁོད་མ་མོ་བརྒྱལ། །སང་ཁམས་  
ཞོན་པ་སྒོ་ཟླ་ལུ་མ་སྐྱལ། །དུངས་མ་ཞོན་པ་ནོར་ལ་ལྷག་ཆད་བྱིད། །སུ་སོང་  
ངན་རིགས་ཞོན་པ་ལོ་རོག་ཐན། །ཤོར་ཁུང་ཞོན་པ་ག་བས་མགོ་སྐྱ་སྐྱེལ། །  
བྱ་རལ་ཞོན་པ་སྒོ་བྱི་བླ་བྱུག་བྱིད། །སེ་སྟོད་ཞོན་པ་ཚུ་སོགས་ཁག་ཏུ་ཁོལ། །  
རྟོང་རིགས་ཞོན་པ་རོ་ལ་ཐན་བྱུང་ཡིན། །དེ་སོགས་མདུད་པའི་ཁམས་སྐྱུར་  
ཞིབ་ཏུ་དབྱད། །ཞོན་པ་སྒོ་བརྒྱལ་འདོམ་ན་ཐན་ངོར་ངེས། །གང་བབ་ཕྱོགས་

སྤྱུག་ཏོ་དང་སྒྲོག་ཐོར་བཏང་། རྒྱབ་བརྟེན་གང་བྱེད་མཆན་ལན་དག་ལ་བྱིས།  
དེ་དེའི་མདོས་དང་སྒོང་སྒྲོག་བྱས་ན་མན། །

༡ ད་ནི་བྱང་དོ་དབྱུང་བ་ལ། སྒོ་དང་སོ་ཡི་ཁ་ཐུར་བྱང་གྱི་དོ། སྒོ་དང་སོ་  
ཡི་རྟིང་བཤལ་གཏད་གྱི་དོ། ཐུར་ཐོག་སྒོ་བརྒྱག་ཐམས་ཅད་བྱང་གྱི་དོ། །  
སངས་གྱི་སྒོ་བརྒྱག་ངན་རིགས་བྱང་གྱི་དོ། །དེ་ནམས་རང་སང་བབ་ནས་སྟ། །  
ཕྱི་སར་སྟེ་བརྒྱད་སྒྲ་རྟགས་ན། དེ་དེའི་ཚོད་གཏོང་ཡོད་དོ་ཡིན། ཐུང་རལ་  
ལུས་སྟུས་བྱི་ཡི་མནལ། དུ་བྱག་རུ་སོད་ཚུ་མིག་དུ། བྲག་མཆོད་དཔང་  
བཞག་བྱས་སོགས་མནལ། སོ་ཡོན་བང་མིག་ཆོས་མནལ་ཡིན། སྒོ་བར་ཁོག་  
བརྒྱག་ཆོས་གྱི་མནལ། །འདི་བཞི་གར་བབ་མནལ་ཐུང་ཡིན། ཐུད་ཁད་སྒོ་  
བརྒྱག་བྱ་ཡུན་སྒོ་བརྒྱག་དང་། ཞལ་ཁད་ཞར་བ་འདི་གསུམ་པོ། རིག་ཉན་  
མེ་ལ་བཀྱིས་བས་ཐུང་། སྒོ་ཆེ་སྒྲ་བཆོད་དུ་དག་སྒོ་བརྒྱག་སོགས། ཤིང་  
གཉན་བཅད་བས་ཐུང་བ་ཡིན། སྒྲུམ་ནག་སྒོ་བརྒྱག་ངན་རིགས་རྣམས། རྩ་  
གཉན་ཚུག་བས་ཐུང་བ་ཡིན། དམ་སྒྲ་བཟང་སྟེ་ཁས་དྲག་རིགས། རྟིང་དང་  
ཞར་དང་སྒོ་བརྒྱག་གིས། བསྐྱད་ན་དག་ལྟ་མཚོལ་གྱི་བ་གཡེལ། དེ་ཡང་བརྩ་  
གཅིག་བབས་ན་རེས། དེ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་དབྱུང་བ་ན། །ལེ་ལན་མཐའ་ཡས་  
ཡོད་བ་རྣམས། རྣམ་པར་སྒྲོས་ཏེ་ཤིས་བར་བྱ། །རང་སང་བྱང་དོ་བབ་བ་ཡི།  
ཕྱི་སར་སྟེ་བརྒྱད་སྒྲ་རྟགས་དབྱུང། ཞལ་ཁད་ངན་རིགས་སྒྱུན་སྟེག་དང་། སྒྲུར་  
ནག་སོ་ཡོན་མནན་བ་དང་། བྱ་རལ་ལི་ཡན་ངན་རིགས་ལ། རྒྱང་ལ་འཁོར་

ལོ་བསྐྱོར་བ་སོགས། །རྒྱས་པར་བྱེན་ཆད་མེད་པ། །མ་བཟོན་ཞིབ་ཏུ་ཤེས་  
པར་བྱ། །དེ་ནི་བརྩ་གཅིག་དུར་ལྷ་བཤད། །མི་ཤི་རྗེས་ཀྱི་མོ་འདེབས་ན། །  
བྱིས་བཞིད་ཁྱད་པར་དུ། །བརྩ་གཅིག་ག་ཤིན་ལམ་འདེན་པ་གཅིས། །བརྒྱད་  
ཀྱི་མཚུན་ས་མ་འབྲུག་གཅིས། །བརྩ་གཅིག་ལུག་སྐྱས་མ་ཞན་གཅིས། །བརྩ་  
གསུམ་ཅེ་འཛིན་མ་རྒྱད་དགོས། །ཡི་ཡན་གསེར་བྱ་ལ་སོགས་པ། །ཤི་གཞུག་  
གཅོད་པ་བབ་ན་ལེགས། །དུ་དག་དུར་ཞབས་ཐགས་བདགས་སོགས། །  
བབས་ན་རན་བས་དུར་ཁ་བཅད། །མོ་ཁོག་ལོག་རེད་འབྲམས་གསུམ་མེད། །  
རྒྱག་འདུར་མ་ལ་བརྟན་ལ་འཇམ། །དེ་འདྲ་བྱུང་ན་དུར་མོ་བཟང་། །ལར་ཁྱིམ་  
དུ་རོ་ཡོད་རིགས་ལ་ནི། །རྩེ་ཟད་སྟོགས་ཀྱང་མི་སྟོ་བས། །དུར་བདེབ་རྗེས་  
ལ་དུར་མོ་འདེབས། །ག་ཤིན་པོ་འམ་གཞན་ཡང་རུང་པ་ཡིན། །སྐྱེ་བ་ལྷ་བྱའི་  
དབྱུང་བྱེད་ན། །གཅིག་བརྒྱད་བརྩ་གཅིག་དག་ལ་དབྱུང། །གཅིག་ལ་བྱ་རལ་  
རིགས་བབས་ན། །སྤུ་མ་དབྱུལ་བའི་གནས་སུ་སྐྱེས། །ཁོག་སྤྱད་རྒྱུད་གི་ནད་  
ཀྱང་ཡོད། །བརྒྱད་ལ་སྤུར་གསུམ་གང་བབས་ཀྱང་། །ད་ལྟ་མི་ཡི་གནས་སུ་  
སྐྱེས། །སྟོ་མཆོན་བར་ན་བད་ཀན་རྒྱས། །བརྩ་གཅིག་སང་ཁམས་དུངས་མ་  
ནི། །བྱི་མ་ལྷ་ཡུལ་འགོ་བ་ཡིན། །ནད་བརྟག་ན་སྟོད་འབྲུགས་ཆ་བ་ཡོད། །  
འདི་རྒྱགས་བབ་ན་ཅི་ལ་བཟང་། །ཁྱད་པར་རབ་ཆད་ནད་མོར་བཟང་། །དེ་  
བཞིན་ཨ་ཁད་སྟོགས་མ་ཡི་དུགས་དང་། །སྐྱམ་ཁམས་བྱོལ་སོང་འཐོར་བ་ལྷ་  
མིན་ཡིན། །མི་ནི་སྐྱེར་རམ་སྤུར་ཐོགས་ཡིན། །ལྷ་ནི་སང་ཁམས་དུངས་མ་

ཡིན། །ཞིབ་པར་སྒྲོད་བཅུད་སྒྲ་མདུད་ལ། །བརྟེན་ནས་ཁ་དམར་ཞིབ་ཏུ་  
གདགས། །དུར་བྱ་གཙོར་བྱས་ས་མོ་ལ། །གཅིག་གཉིས་ཤར་སྒྲོད་ཤར་སྒྲོད་  
ཡིན། །བཞི་ལྔ་སྟོ་ལ་བདུན་བརྒྱད་ལྟུབ། །བཅུད་དང་བཅུག་ཅིག་བྱང་གི་ཕྱོགས།  
གསུམ་དུག་དགྲ་དང་བཅུ་གཉིས་ནི། །སོ་སོའི་མཚམས་ཡིན་བཅུ་གསུམ་  
དབུས། །དེ་དག་ནུམས་སུ་དབྱུད་པ་ལ། །མདོ་ཆེན་རྒྱག་པའི་ཐང་དང་ནི། །  
ཉ་སྒྲམ་འཕྱོ་བའི་ཆབ་དང་ནི། །ཤ་རྒྱུང་འགྲིམ་པའི་རི་དང་ནི། །ཁྲིད་སྒྲག་ལྷིང་  
བའི་བྲག་དང་ནི། །གཅན་གཟན་འཁོར་བའི་ནགས་ཚལ་རྣམས། །སེལ་ཡོན་  
ཏན་བཟང་པོ་ཡིན། །གསུམ་མན་ཆད་སྒྲུམ་དང་དེ་རྒྱུ་རིགས། །ཉ་སྒྲམ་འཕྱོ་  
བའི་ཆབ་དེ་ཡིན། །བཞི་ལ་ཕྱི་བྱར་དམུ་དག་སད་ཁམས་ན། །ཆབ་ལ་རྒྱུང་  
སྒྲོམ་ཐོག་པ་ཡིན། །འོག་རྒྱུང་སྒྲོམ་ཐོགས་པ་སྟེ། །བདུན་བརྒྱད་ལ་སོགས་  
དེ་ཉུང་དབྱུད། །གསུམ་གལ་བར་སྒྱུན་དིང་བྱོད་ལུང་དང་། །དིང་དིང་གང་བབ་  
ཐང་གི་སྒྲ། །བཞི་ལ་མུ་ས་རིགས་བབས་ན། །ཐང་ལ་མདོ་རིས་དོད་པ་ཡིན། །  
དེ་བབ་ད་ཕྱིའི་ཁ་རྩེ་སྟེ། །གསུམ་དེ་རྒྱུ་སྒྲུམ་གྱི་བཟང་རིགས་ན། །མཚོ་ཆེན་  
ལྷག་མའི་སྒྲ་མདུད་ཡིན། །བཞི་རང་སྟོན་དུལ་ཁྲོད་དམུ་ཙ་མེད། །ཕྱི་བྱར་  
ཙ་མེད་སད་ཁམས་བཟང་རིགས་ན། །མཚོ་ལ་མི་ལོང་ཐོགས་པ་ཡིན། །ད་ཕྱིའི་  
བྱ་སྒྲིང་བཟང་མོ་སྟེ། །ལྔ་དུག་ཀྱེ་བ་གལ་བར་དང་། །སྒྲིང་བཟང་སྟེ་གང་བབ་  
རི་རབ་ཡིན། །བཅུ་གསུམ་ཀྱེ་བ་དེ་རྒྱུ་དམུ་དབལ་དང་། །ཡར་དིང་གལ་བར་  
དམུ་དག་དང་། །བྱ་ལྷན་བྱ་བྱར་གང་བབས་ཀྱང་། །རི་ལ་ཉི་ལྷ་འཁོར་བ་ཡིན།

བཟང་པོ་ཆེ་རིགས་ཕྱིན་ས་སྟེ། །བརྒྱད་དགུར་སང་ཁམས་སང་ཁམས་ན། །  
 རོད་བླ་ག་ལྷིང་བའི་བྲག་དེ་ཡིན། །བཙུ་བཙུ་གཅིག་གྱེ་བ་དག་དང་ནི། །སང་  
 དང་སང་ཁམས་ཁྱ་བརྒྱག་ན། །བྲག་ལ་སྟག་རལ་ཐོགས་བ་ཡིན། །དཔལ་པོ་  
 སྟག་དང་འདྲ་བ་སྟེ། །གསུམ་ལ་རྩོད་གི་རིགས་བབས་ནས། །བཞི་ལ་ཤ་རིང་  
 སྟོ་ཆེ་དང་། །ཅེ་ར་མ་ཆོ་ཡར་ལྷང་དང་། །དུ་དག་བབ་ན་རྩོད་གིས་ནི། །སྤྱང་  
 དཀར་གྱོན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །གཙོ་བོ་སྤྱང་ལུ་ཅན་རྣམས་སྟེ། །མོ་སྟེད་དུ་  
 དག་སྟོ་ཆེ་ན། །གཅན་ཟན་ལའོར་བའི་ནགས་ཆེ་ལ་ཡིན། །སྟོད་དུ་ཨ་ཁད་སྟུམ་  
 མཉམ་དང་། །རྒྱར་སྤར་འདི་རྣམས་ཁྱ་བརྒྱག་བབས། །ནགས་ལ་གཅན་  
 གཟན་ལའོར་བ་ཡིན། །ལ་སྟུན་དག་ལག་རྒྱས་བ་ཡིན། །ཡང་ཕྱི་བཞིར་དིང་  
 དིང་བག་སྟེར་དང་། །སྟོ་ཆེ་བབས་ན་རི་བོ་ཟུར་ལུད་ཅན། །ཕྱི་བཞིར་སོ་ཡོན་  
 བྲག་དང་ཅུ་སོད་གྱེ། །བྲག་བཞི་བབ་ན་ནགས་རི་ཡིན། །ནང་སྟོར་བཞི་ལ་སང་  
 ཁམས་གཡུང་དྲུང་ན། །ནགས་ལ་གཅན་གཟན་ལའོར་བ་ཡིན། །མདོར་ན་སོ་  
 སོའི་བླ་མ་དུད་གྱེ། །བརྒྱག་བཟང་གང་བབས་དེ་ཕྱོགས་སུ། །དེ་དང་དེ་འདྲའི་  
 དཔལ་ཁ་ཡོད། །དེ་སྟེ་ཡི་སྤྱང་བཞི་བཤད། །སང་སྟུམ་མཉམ་ཁྱ་བརྒྱག་ཤར་  
 སྟག་སྟེ། །ཤར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བབས་ན་ཡིན། །ཁྱད་པར་གཉིས་གྱི་སྟེང་དུ་ཡིན། །  
 ཤར་ན་དག་མེད་ཤར་ཕྱོགས་ལེགས། །གསུམ་བཞི་བརྒྱད་དང་བཙུ་རྣམས་  
 ལ། །སྟོ་བྲག་རྩོད་གསུམ་བབས་བ་ན། །སྟག་ལ་སྟག་ཤལ་ཐོག་བ་ཡིན། །  
 ཤར་ནས་ས་དག་ལམ་དག་ཡིན། །དེའི་བཙུ་གསུམ་བྱ་ཡུན་དཀར་མོན། །

གསེར་བྱིལ་སྟག་ལ་ཞོན་པའི་ལ་ཉེ་ཡིན། །བཞི་ལྗེ་སྐྱུམ་དེ་ལྟའི་གཡུ་འབྲུག།  
 རྟེན་རྒྱ་མི་ཆད་དུག་ལ་དབྱུང། །བྱ་རལ་བབས་ན་ཆད་པ་ཡིན། །ལྗེ་ལ་སྐྱུམ་  
 །ཁམས་སུ་བརྒྱག་ནས། །དུག་བརྒྱག་མེད་འབྲུག་ལ་འབྲུག་གིས་བཤལ། །  
 བདུན་བརྒྱད་སང་ཁམས་དྲངས་མ་ན། །དྲུང་སྐྱུལ་འབྲུག་ཞོན་ལ་ཉེ་བཟང། །  
 དགྲའི་གལ་བར་སྒྲིན་དེད་སྒྲོ་ཆོ་ནི། །རྩལ་གྱི་རུས་སྤལ་རྒྱ་པོ་ཡིན། །རྟེན་པ་  
 མི་ཆགས་བརྩལ་དབྱུང། །ན་འབན་བྱ་རལ་བབས་ན་ཆག །བརྩལ་སང་  
 །ཁམས་དྲངས་མ་ན། །རུས་སྤལ་དདུལ་མདངས་ཐོན་པ་ཡིན། །བརྩལ་གཉིས་  
 །བྲག་གི་རིགས་དང་ནི། །སོ་ཡོན་ལིང་ཀུན་སྒྲོ་བར་ལིང་ཀུན་ན། །བྱང་གི་བྱ་  
 །དམར་བྲག་རི་ཡིན། །གཤོག་པ་མི་ཆད་བརྩལ་སྤུམ་དབྱུང། །རྩལ་སྤེ་བྱར་  
 །དག་དང་ནི། །དབྱིག་དམར་གང་བྱུང་གཤོག་པ་ཆོག །བརྩལ་སྤུམ་བཟང་ན་  
 །བྱ་དམར་མཆོལ་མདངས་ཐོན། །ལར་ས་མོར་བྱི་ནང་ཐམས་ཅད་བཟང་ན་  
 །ལེགས། །བཟང་བབས་ལན་གྱིས་མ་བསྐྱད་ན། །ས་མོ་ལ་ནི་བཟང་བཡིན། །  
 །དེ་རྒྱམས་བཟང་བའི་ས་དབྱུང་ཡིན། །དེ་ནི་ངན་པའི་ས་དབྱུང་ལ། །ན་འབན་  
 །མཆོ་ཤུལ་ས་རལ་ཡིན། །སྐྱུམ་མ་ཟེ་བྲག་དམར་ལྔ་ཤུག་ཡིན། །སང་མ་ཟེ་བྲག་  
 །དཀར་ས་དཀར་ཡིན། །སྒོ་མ་ཟེ་བྲག་དམར་གིང་ཅན་ཡིན། །རུ་སྟོང་བྲག་  
 །ནག་པ་ཐོང་ལང་ལོང་ཡིན། །ཅེ་ར་ས་ཆོ་ཡར་ལྗེང་གི་ །སྒོ་བརྒྱག་གིང་ངན་  
 །གཤུག་པའི་དབྲ། །རྟོང་ལྔ་ཤུག་བྲག་ཤུག་ཁ་གདང་བ། །སྐྱུམ་མ་ཉམ་ཞར་བ་  
 །རྟོང་གསུམ་མ་ཉམ། །ལམ་ཆད་ལམ་གྱི་དབྲ་ཡིན་ནོ། །རུ་སྟོང་ངན་རིགས་སྒྲིན་

གཡག་ཡིན། སྦྱུམ་ངན་རིགས་སྤྱི་མོའི་མཆི་རིས་དང་། སྦྱུམ་སྒོ་བརྒྱུག་ཆུ་  
ཡི་དག་ཡིན་ནོ། གཡལ་བར་ངན་རིགས་རི་ཡི་དག། ཞལ་ཁད་ངན་རིགས་བྲག་  
ངན་རི་མོ་ཅན། དེ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པར་བྱ། ཅེ་ར་སྤྱོད་ལ་ལྷང་བང་  
མིག་དང་། གཡལ་བར་གཡས་རུ་ལ་སོགས་ཁས་བྲག་དང་། སྦྱེད་པར་རྫོ་མཆོན་  
ངར་མའི་བྲ། བྱི་ས་བཞིར་བབས་ནད་དུ་ན་འབན་དང་། རུ་སོད་བྱ་རལ་ལ་  
སོགས་ངན་རིགས་བབས། གནམ་སྒྲོན་ལ་སོགས་ས་དག་ངན་པ་བྱུག།  
ཕྱོགས་དང་ཆུ་ཆུད་ལ་སོགས་གནས་སྦྱར་དབྱེད། གཉིས་ཀྱི་སྦྱིན་དིང་ས་ཡི་  
པད་འདབ་བརྒྱད། ཡང་ན་གཅིག་ལ་བབས་ཀྱང་འདྲ། བརྒྱུམ་བརྒྱག་ཅིག་  
དིང་དིང་ནི། གནམ་དབྱེད་འཁོར་ལོ་ཅི་བས་བརྒྱད་ཡིན། བཞི་སྦྱུམ་དང་ད་  
རོག་ཆུ་དང་མཆོ། བརྒྱད་གཡལ་བར་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ཡིན། བརྒྱ་བྱ་ཡུན་ལ་  
སོགས་ཉི་ལྔའི་བྲ་མདུད་བཟང་། བརྒྱ་བྱ་རལ་ལི་ཡན་གནམ་སྒོ་བྱ། ཉུག་ས་  
སྤྱུ་ལུང་པ་ལུ་རལ་འོང་། གཉིས་བྱ་རལ་ལི་ཡན་ལུང་མདའ་རལ། བརྒྱ་གསུམ་  
བརྒྱ་གཅིག་སོ་ཡོན་ན། ས་བདག་མདུན་ལྷ་སྒྲོན་པ་ཡིན། དེ་ཉུག་ས་རི་ནག་  
ཐུར་རྒྱུག་ཡོད། ~~ཉུག་ས་རི་ནག་ཐུར་རྒྱུག་ཡོད།~~ འདི་གསུམ་ས་བདག་རྒྱལ་པོ་ཡི།  
སྤྱོད་སོགས་གསུམ་ཡིན་པ་སན། གཅིག་ལ་བབས་ན་ས་བདག་དབྱེས། དེ་ཡང་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་ན། དིང་དིང་ས་བདག་མ་ཐུབ་གཡམ། རྒྱུ་བར་ས་བདག་  
རྒྱལ་པོ་ཡིན། སྦྱིར་བྱ་ཡུན་ས་བདག་ཞལ་བྱོན་ཡིན། ཆོལ་ཆེ་ས་བདག་སྤྱིང་  
བསྟན་ཡིན། རུན་ཐག་ས་བདག་སྤྱན་གཅིག་ཡིན། སྦྱོ་བར་ལིང་ཀུན་ས་



བདག་གྲོག། སྒྱིན་དིང་ས་བདག་དག་གི་རྟེན། ཁེ་སྟོང་ས་བདག་དག་གི་  
གནས། སང་ཁམས་ས་བདག་རུས་པ་ཡིན། ཡར་ལྗོང་ས་བདག་ཀ་བ་ཡིན།  
ཨ་ཁད་བཟང་མིགས་ས་བདག་སྟོན། ཅེ་ར་མཚོ་ཡར་ལྗང་རྣམས། ས་བདག་  
དག་གི་རུ་མཚོ་ཡིན། དེ་རྣམས་གཅིག་ལ་བབས་པ་ན། ས་བདག་སྟོང་  
བསྟན་ཡིན་པས་བཟང་། བརྒྱད་ལ་མཚུན་གྱི་སྟོང་བསྟན་ཡིན། བརྒྱ་གཅིག་  
བཟང་ན་ནམ་ཐུག་ལེགས། གཅིག་ལ་ས་བདག་སྟོར་རྣམས་བབས། བརྒྱ་  
གསུམ་བཟང་ཞིང་བརྒྱད་ལ་སང་ཁམས་བརྗེར་བཟང་། དགུ་ལ་སང་ཁམས་  
བོན་སོགས་བཟང་། དེ་ཡི་འགྲེས་སྒྲ་ཀུན་ལ་དབྱུང། མཚོད་རྟེན་ལྟར་དུ་  
དབྱུང་པ་ལ། གཅིག་གདན་ནས་བརྒྱ་གསུམ་དབུ་ཅེའི་བར། ཞིབ་པར་  
གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱོས། །

། བརྒྱ་གཉིས་པོར་བརྟེན་འཚོལ་དབྱུང། གཅིག་འདི་པོར་བའི་རྟོད་ལུང་  
ཡིན། ལུང་པ་མ་ལུད་དམན་བཟང་། གལ་བར་དིང་དིང་སྒྱིན་དིང་བཟང་། །  
གཉིས་འདི་ཚོལ་སངས་ལམ་ཡིན། དེ་ལ་འདའ་མ་བས་སྒྲན་གསུམ་དགོས། །  
ཨ་ཁད་བཟང་མིགས་བརྒྱག་བཟང་ཡིན། གསུམ་བཞི་པོར་བའི་ར་བ་ཡིན། །  
ར་བ་མ་སྟོང་གདན་བཟང་། ལུ་དག་སར་འདན་པ་བྱུང་ན་བཟང་། རྩ་གཅིག་  
སར་དུངས་མ་བརྒྱག་སྟེ་བཟང་། བདུན་བརྒྱད་སྟོ་འགྲོད་ཡོད་མེད་དབྱུང། །  
སང་ཁམས་བཟང་མིགས་བབས་ན་བཟང་། དགུ་འདི་ལམ་འཕྲད་སྒྲིག་པའི་  
ས། རྩ་གསུང་ཨེ་འོང་ལྟ་བ་ཡིན། འཕྲད་འདོད་སྟོང་དགའ་བཞི་བབས་

དགོས། གཞན་ར་མདས་ལམ་འཕྲང་སྐྱུག་སོགས་ལ། གདོང་ཐུག་སྐྱུན་  
གསུམ་བྱུང་ན་འཕྲད། རུ་སྟོང་ལྷི་བུར་སེ་སྟོང་ཡིན། བརྩ་བྱི་ཐུག་ངོ་སོ་ལྟ་བ་  
ལ། རྩུར་ཐོགས་བྱ་ཡུན་གསལ་སྟེ་བཟང་། བརྩ་གཅིག་བོར་བ་རང་ལག་  
ཏུ། རྩེ་འོང་ལྟ་ས་ཡིན་པས་ན། དཀར་ཐོག་ཐོབ་རྒྱལ་སྐྱུན་གསུམ་དགོས། །  
བརྩ་གཉིས་སྟོར་བ་གཞན་ཡུལ་དུ། མི་སྟོར་རྩི་ཕོ་ཡོན་དང་། སྟོ་བར་སྐྱུན་  
དེར་ལ་སོགས་དགོས། བརྩ་གསུམ་བྱི་ཐུག་ལྟ་ས་ལ། རོ་མཐོ་ངོ་གསལ་  
རིགས་བབས་བཟང་། བོར་བའི་རྩ་གྱི་སྒྲ་མདུད་ནི། རང་སར་བབས་སམ་  
རང་སར་འཁོར། བོར་བརྟེན་པའི་ངོ་ཡིན་ནོ། བྱི་སར་གོར་རམ་ལན་གྱིས་  
བསྐྱད། མི་ཡོན་པའམ་བཅལ་ལོག་ངོ། བྱི་གས་གང་ནས་བོར་བའི་བྱི་ས་  
དང་། བྱུད་པར་གཉིས་གྱི་གནས་སུ་ནི། གལ་བར་གངས་རི་ཅེ་རྒྱལ་དང་། །  
མཚོ་བྲག་རི་རུར་ཅན་དང་། ཅེ་ར་རྩ་རི་བྱ་བོ་དང་། ཡར་ལྗང་ནགས་རི་  
འབུག་བོ་དང་། ལྷ་ས་སྤང་རི་གཅན་དང་། རྒྱང་སྤར་རྩ་བྲག་འདྲེས་པ་དང་། །  
དཀར་ཐོག་རྩ་སྤང་འདྲེས་པ་དང་། སོ་ཡོན་བྲག་དང་རྒྱ་འཐབ་ལ། རྒྱུ་  
རིགས་འབབ་རྒྱ་གཤ་གཤ་དང་། རྒྱུ་མཉམ་སྤར་རྒྱང་རིང་མོ་དང་། དལ་  
དག་གིང་རྒྱང་རིང་མོ་དང་། བྱ་བུར་བྱེ་རྒྱང་རིང་མོ་དང་། ཐང་ལེ་ས་ཐག་སྐྱ་  
བོ་དང་། རྟོག་ཚང་སྤང་ཐང་སྟོན་པོ་རྣམས། རྒྱིར་བཏང་གོང་དུ་བཤད་བཞིན་  
དང་། བྱ་རལ་གད་པ་ཐབ་ཐབ་དང་། སྟོ་བར་གིང་སྤང་ལང་ལོང་དང་། །  
རྟོང་བྲག་རྩ་རི་རྩལ་རྩལ་དང་། རྟོ་ལོག་མཚོ་དང་རྒྱ་བོ་དང་། གྱི་བ་ཐག་རི་

བཟང་པོ་དང་། ཁེ་སྟོད་ས་རལ་ཁང་རལ་དང་། ཁྲིང་མ་ཟེ་བྲག་དམར་ཞག་  
 ཞིག་དང་། ཁ་འབཅ་བྲག་ནག་ལག་འདྲིག་འདྲ། སྒྱིན་དིང་པ་བོང་ཁབ་ཁྲེབ་  
 སོགས། མིང་དང་ཁ་དོག་མདུད་པ་དང་། མཚུངས་པའི་ཕྱོགས་སུ་བཅལ་  
 བར་བྱ། འདི་རྣམས་རིགས་ལ་བརྒྱག་བཟང་ཅན། གང་བབས་དེ་དེའི་ཕྱོགས་  
 གྱིན། སྤྲུགས་དེ་དང་དེ་འདྲར་བཅལ། ལམ་ཚོལ་ཆེ་གང་བབས་རྙེད་  
 ཡིན། བྱི་ས་གང་བབས་དེ་ཕྱོགས་དང་། འུག་ལ་ཆུ་ཡི་འགམ་ནས་རྙེད། །  
 བརྒྱད་སོགས་རང་ས་གང་བབ་རྙེད། ཉེ་དང་མཉམ་པར་གང་བབ་པའི། །  
 མདུད་པའི་ཁམས་ཀྱང་གོང་བཞིན་བརྟག། ལམ་རྟ་ལ་སྒྲོ་ཆེ་བཅུ་གསུམ་  
 བབས། གསེར་སྒྲུལ་ཁོང་སོང་མཇུག་མ་ཟིན་པས་རྙེད། བཅུ་གཅིག་དག་  
 ལ་བབ་ཀྱང་རྙེད། བྱོད་ལུང་ལྷི་ལུང་རྩང་ཟེ་རྣམས། ཁ་གསལ་ཡིན་པས་  
 རང་སར་རྙེད། །

༥ དེ་བཅུ་གསུམ་མིད་ལྷ་བཤད་པ་ན། ལམ་ཚོ་ཡི་སྒྲིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་  
 ལ། ཁ་ལང་གསུམ་བབ་གྲགས་ཆེན་བུ་གསུམ་སྟེ། ཉེ་བཞིན་བྱ་རལ་རིན་  
 ཆེན་དང་། རྩེ་མ་རྒྱང་སྤར་དུང་གོད་དང་། ལྷགས་བྲ་སང་སྤ་སང་མ་ཟེར། །  
 མ་ཟེ་སྒྲུག་དམར་སྒྱིན་དིང་གཡུ་ཐོག་དང་། གལ་བར་ཐོད་དཀར་སོ་ཡི་ཡིང་  
 ཀུན་དཀར། ལུ་ས་ཅ་མེད་དོག་ཆང་བྱོད་ལུང་རྣམས། གསུམ་བབ་འགན་  
 མེད་བུ་གསུམ་སྟེ། ཉེ་བཞིན་སྒྲིང་མིག་སྒྲོག་གསུམ་ལ། བྱ་རལ་སོ་ཡོན་ལྷར་  
 ལྷི་ལྷ་སྒྲུམ་དང་། སྒྲེས་སྒྲི་ཐང་ལེ་ལི་ཡན་གསུམ་བབ་ན། ལུ་མི་སྟེ་བུ་མོ་ཁོ་

ནར་སྒྲེ། །ཡང་དཀར་ཐོག་གཡུང་དྲུང་གང་བབ་པའི། །ལོ་མ་དེ་ལ་བུ་སྒྲེ་ངོ་། །  
 ཡང་བརྒྱད་ལ་སེ་སྟོད་བབ་ནས་སྟ། །དགུ་ཕན་ཆད་པ་ཅ་ལ་རམ་ན། །ཁྲིད་  
 ལུ་དག་ལ་མདའ་ངོ་ཡིན། །བརྒྱད་སེ་སྟོད་དགུ་དང་བཅུ་གཅིག་དང་། །བཅུ་  
 གསུམ་སོ་ཡོན་ལང་ཐང་ཅོ། །རུ་སྟོད་གཡས་བརྒྱག་སྒྱུམ་བྲག་རུ་སྟོད་དང་། །  
 ཀར་སྒར་ལྷི་ལུར་སྒྱུམ་བྲག་ལྷི་ལུར་དང་། །ཤང་ཤག་ལྷི་ལུར་དུན་གཡུང་དྲུང་  
 ལྷི་ལུར། །ད་རོག་གཡུང་དྲུང་ལྷི་ལུར་གྲོག་དམར་ལྷི། །སད་ཀྱི་རྩང་ཟེ་སད་ཀྱི་  
 རྩང་ཆེན་དང་། །ཁྱུང་བརྒྱད་དང་ནི་སད་རྩ་དང་རྩང་ཟེ། །གང་བབ་མདའ་རུ་  
 དེས་པ་ཡིན། །ཡང་བརྒྱད་ཀྱི་སེ་སྟོད་བབ་པ་ཡི། །བཤེག་གསུམ་དུ་བརྒྱག་  
 མ་བརྒྱག་དང་། །དུལ་དཀར་ལྷགས་བྲ་བྲ་ཤིང་གྲོག་དམར་ལྷི། །ཀྱུ་ཡེ་བྱིལ་  
 ཆང་ཆོལ་ཆོལ་ལུ་གྲུ་སོགས། །གཏན་ཆོགས་མདུད་པ་བཅུ་གསུམ་གང་བབས་  
 ཀྱང་། །མདའ་ཡི་ངོ་རུ་དེས་པར་བཤད། །གཞན་ཡང་བརྒྱག་བཟང་ཁས་  
 དྲག་རིགས། །གང་བབ་མདའ་ཡི་ངོ་རུ་བཟུང་། །མདའ་ཞེས་པ་རྩ་དཀར་བུ་  
 ཡི་ངོ་། །ཡང་དུག་ལ་སེ་སྟོད་བབས་ནས་སྟ། །བདུན་ཕན་ཆད་སྒྲིར་བྲ་བྲ་ཡུན་  
 དང་། །ལུ་ས་བག་བྲ་ལི་ཡན་སྒྱུམ། །ཨ་ཁད་བྲ་རལ་བག་ཆོལ་ཆོ། །སྒྲིར་  
 རིགས་བྲག་རིགས་སྒྲོ་བར་དང་སྒྱུམ་བརྒྱག། །སྒྲི་བྲག་ལ་སོགས་ཆོལ་ཆོའི་  
 རིགས། །རྩྱང་དང་དལ་དག་པན་རིགས་དང་། །རང་སྟན་ལྷི་ལུར་བརྒྱག་མེད་  
 རྣམས། །འཕང་གི་ངོ་ཡོན་དེ་ལྟར་དབྱེ། །ཡང་བཞི་ལ་སེ་སྟོད་ལྷ་ཡན་ཆད། །  
 །སྒྲིགས་མ་གང་བབས་འཕང་ངོ་ཡིན། །འཕང་ཞེས་རྩ་ནག་བུ་མེའི་ངོ་། །དུག་

དང་བཞི་ལ་སེ་སྟོད་བབས། །བདུན་བརྒྱད་ཡན་ཆད་སྤྲུལ་བཞི། །མཆོ་མ་  
ནག་པོའི་དོ་ཡིན་ནོ། །ལར་སྤྲུལ་གང་བབས་མི་གངས་འཕེལ། །གསུམ་པས་  
དྲག་མེར་མ་བུ་ལ་བཟང་། །བུ་དང་བུ་མོའི་བཟང་དན་ནི། །བརྒྱག་དང་སྒྱུ་ཞིབ་  
བཟང་དན་ཡིན། །མ་ཡི་ལོ་མལ་ཁྱོགས་ན་བཟང་། །དྲག་སྤྱི་ཀྱི་འཕེལ་ས་  
བརྒྱད་ཐོག་ས། །དེ་སྤྲུལ་གསལ་བཟང་སྟེ་བཟང་། །འཕྱོར་བ་འཕྱོད་སྟོད་ཕྲག་  
དན་རིགས། །གང་བབས་འཕྱོད་དོ་བར་ཆད་ཡིན། །ཞིབ་ཏུ་དབྱུང་ལ་ཁ་དམར་  
གདགས། །

༡ ད་ནི་བརྩ་བཞི་ཆུས་ལྷ་བཤད། །རྒྱད་རྒྱུད་འཕྱིར་རྒྱུད་ཆེ་རྒྱུད་དང་། །  
བར་མཛོད་ལྷ་ས་ཅེ་འཛིན་དང་། །དག་ས་རྣམས་ཀྱི་གནས་མལ་དུ། །ཁོང་  
བཤད་བཞིན་དུ་རྒྱལ་བོ་དང་། །སྟེ་ཆུས་བཟང་དན་བརྟག་པར་བྱ། །རྒྱས་པར་  
བརྩ་གསུམ་འཕྱོར་ཆེན་གྱི། །དབྱུང་བ་ཞིབ་ཏུ་བྱ་བ་ཡིན། །ནམ་ཐུག་བརྩ་  
གསུམ་སྟེང་ལ་བཟ། །དྲངས་མ་བཟང་པོ་མདུན་མི་ཕོག །དག་སྤྱོད་རྒྱུད་  
བརྩ་གཅིག་བཟ། །ཁས་དྲག་མེར་མ་སྟོབས་མི་ཞན། །སྟོ་གོས་བཟང་དན་  
བརྒྱད་བདུན་བཟ། །གསལ་སྟེ་བཟང་རིགས་སྟོ་མི་ཉེས། །ནང་ལོར་ཆེ་རྒྱུད་  
བཞི་དུག་བཟ། །བརྒྱག་ཁ་སྤུམ་ཐིག་གཡང་མི་ཉམས། །གཞི་དང་ཡུལ་ཁམས་  
གཅིག་ལ་བཟ། །བརྟན་སྟེ་ཁེར་བབ་ཡུལ་མི་འཆོར། །སྦྱིར་གཞི་ཆེན་རྩས་ལྷ་  
འདེབས་པ་ལ། །བརྩ་གཅིག་བརྩ་གསུམ་མདུན་ཁྱེད་པ་གལ། །བཅོན་སར་  
ཁས་དྲག་རྩེ་འུ་རེ་རེ་བབས། །ལོ་གསུམ་རྩུན་ལ་གཡོན་ཆོག་ཡིན། ། ། །

བཞི་རྒྱུད་པ་དགོས། །དེ་ལས་གོ་ལོག་ངན་པ་ཡིན། །སྤྱི་ལོག་གཞི་ལྷུ་འཕ་བྱིམ་  
ལྷ་དང་། །མཚུངས་པར་བརྟགས་གིང་གོང་ལོག་གི། །བཤད་པ་ཀུན་དང་  
འཕྱུལ་ཞིང་དབྱད། །

༥ བཙོ་ལྷ་ཚོས་ལྷ་བསྟན་པ་ལ། །བརྒྱུད་འདི་བན་དེ་དགུ་པོན་པོ། །བརྩ་  
གཅིག་ལྷ་ས་བརྩ་གསུམ་ཅེ་འཛིན་བཞི། །ཁྱོགས་ནན་མ་ཐུག་བཀྲ་ཤིས་དགེ། །  
བརྒྱུད་ལ་ལྷ་རོ་བརྩ་གསུམ་དང་། །བྱ་ཡན་དང་ཅེ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །བྱ་  
ལུང་གཞེར་ཐིག་སྤྱན་རས་གཟིགས། །ལུ་ས་དེལ་དཀར་ཕྱག་རྡོར་ལོགས། །  
ལྷ་རྟགས་བཟང་པོ་བབས་ན་དགེ། །གཞན་ཡང་རྡོར་དྲིལ་ལྷ་ཚའི་རིགས། །  
བབ་གིང་མདུན་རོམ་ན་དགེ། །བན་མོ་རིན་ཆེན་ཐེང་བ་བཤད། །གཅིག་  
འདི་ལྷགས་པའི་འདུག་ས་ཡིན། །དྲག་པོར་ངན་ཞིང་ཞི་བར་བཟང་ན་ལེགས། །  
གཞིས་རྡོམ་ཁུང་བྱ་རལ་ལི་ཡན་དགོས། །གསུམ་ཆག་ལྷམ་བག་ལྷི་མང་ལྷིང་  
དགོས། །བཞི་གཏོར་གཞིང་བྱ་བརྒྱག་ཚོལ་ཆེ་དགོས། །ལྷ་རྟན་མ་ཡིན་པས་  
བརྟན་ན་བཟང་། །དྲག་དབྱ་ལྷས་ཡིན་པས་བརྟེན་ན་བཟང་། །བདུན་ཐེང་  
ལུང་འཇུས་པའི་རིགས་བབས་བཟང་། །བརྒྱུད་སྤྱབ་ཁང་ཡིན་པས་བག་རྩ་  
དགོས། །དགུ་ཚོས་སྤྱོད་པོན་སྤྱོད་འགྲིམ་ལམ་ཡིན། །གང་བསྐྱབ་ལྷ་ཡི་བཀའ་  
རྟགས་དགོས། །བརྩ་དབྱ་རྒྱན་ས་ཡིན་དྲངས་མ་དགོས། །བརྩ་གཅིག་ལོ་ལྷའི་  
གནས་མལ་ལ། །ཞི་བར་ཁས་དྲག་ཐེར་མ་དང་། །བརྒྱག་ཁ་བཟང་སྤྱེ་ཆེ་དགུ་  
དགོས། །དྲག་པོར་དགྲ་འདྲའི་མིག་ལ་ནི། །ལུང་པ་ཐེབ་ན་བཟང་བ་ཡིན། །

མི་ཐུར་ལྷགས་ཐུར་བྱོད་ཐུར་རྟུང་ཐུར་དང་། ལུ་ས་ཤེལ་ཐུར་བྱ་ཐུར་གསེར་  
 ཐུར་ཡིན། །བརྩ་གཉིས་ཡུངས་ཀར་རྒྱུ་གིས་ནི། །དག་འདྲེ་ཐུབ་པའི་ས་ཡིན་  
 པས། །མེ་སྟོད་སྒྱུ་བོ་སྒྱུ་མ་བུད་མེད། །ལི་ཡན་དག་མ་གསེར་བྱ་བརྟེ་དང་། །  
 ཀར་སྒྲར་སྒྲོ་བརྒྱུག་པོན་པོ་ཐུབ། །གཞན་ཡང་ལི་ཡན་ཐུག་སྒྲི་དང་། །སྒྲོ་བརྒྱུག་  
 བཅོག་དྲི་མེ་སྟོད་དམེ་སྒྲི་དང་། །རྫོང་རིགས་གཤིན་རྗེ་སྒྱུ་མ་མོ་འདྲེ། །ལ་སོགས་  
 ཐུལ་པའི་མཚན་མ་ཡིན། །བརྩ་གསུམ་གང་ན་གྱི་ས་ཡིན་པས། །ཞི་བ་བརྒྱབ་  
 བ་བཟང་འཇམ་དགོས། །དག་པོར་དག་ལ་རྩུབ་པ་དགོས། །ཡང་བརྒྱད་དགུ་  
 བརྩ་གཅིག་གང་རུང་ལ། །ཁ་ལེ་བྱ་ཡུན་ལྟ་བ་མཐོ། །བྱ་ཐུར་གལ་བར་སྒྲོམ་  
 པ་བརྟན། །དུ་དག་ཐུས་ཐབས་ལམ་ལེགས། །སད་དང་སྟོ་ཆེ་སྟོད་པ་མཛེས། །  
 ཡ་ཁད་རང་སྟན་རྩེ་ཟེ་གྲགས་པ་ཆེ། །ད་སོགས་ཞིབ་པར་ཤེས་པར་བྱ། །  
 གཞན་ཡང་བདུན་ལ་གང་བབས་པའི། །ལན་རྩུ་བརྒྱད་ལ་དབྱེད་པ་དང་། །  
 གཅིག་ལན་བརྩ་གཅིག་དབྱེད་པ་དང་། །ལོ་མ་ལ་སོགས་གྱི་ལན་རྩུ་ནི། །ཅི་  
 འཛིན་དབྱེད་པ་སོགས་ལས་ནི། །རིག་པ་བསྐྱབ་དང་ལྟ་གང་བརྟེན། །སོགས་  
 གྲུང་ཤེས་པར་བྱ་བ་སྟེ། །རྒྱས་པར་གཞན་རྩུ་ཤེས་པར་བྱ། །མདུན་གྱི་གཤིང་  
 སྟོ་ཆེ་ལ། །བརྩ་གཅིག་བཅེན་རྩུ་ཤེལ་བབས། །ཤིང་ཡོ་རྩུ་ཡིས་བྲན་པ་སྟེ། །  
 བརྩ་གསུམ་སྒྱུར་དཀར་ཡེ་སྟོན་བབས། །རྟ་ལོ་བསོད་ནམས་ལྟན་པ་ཡིས། །  
 སྟོལ་དཀར་ཆེ་རྒྱབ་བྱས་པ་ན། །ཆེ་མཐའ་རུ་བྱེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། །དེ་  
 སོགས་གནས་མལ་བླ་ཁམས་དང་། །བབ་ལན་ལ་སོགས་སྤྲོ་ཆོགས་པའི། །

དབྱུང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ། །གཞུང་དང་མན་ངག་དང་མཐུན་པར། །  
 ཀུན་གསལ་རིག་པའི་གྲོང་ནས་སྒྲོམ། །ད་ནི་གཏོ་ཐིག་བཤད་པ་ལ། །གཞི་  
 འཛིན་ངན་ན་ས་བདག་བཅོས། །གཏིང་ནས་ངན་ན་ཡུལ་བྱུང་བ། །སྒྲོ་ཐིམ་པ་  
 འདྲིལ་ན་རྒྱུ་གྲུབ་བྱ། །གཏིང་ནས་ལོག་ན་དག་ཆོས་བྱེད། །སྒྲིང་དགའ་པ་  
 འགྲོད་ན་མི་ཁ་བྱུབ། །གཏིང་ནས་ངན་ན་མགོ་གསུམ་པོར། །ཁྱུ་ཡོང་འབྱུགས་  
 བ་ཁྱུ་བཅོས་བྱ། །གཏིང་ནས་ངན་ན་ཁྱུ་འབུམ་འདོན། །ལྟ་སྒྲིན་འབྱུགས་ན་  
 ཞི་བ་འདོན། །གཏིང་ནས་ངན་ན་སྒྲིང་ཞི་བྱུག །བུ་ལོག་ལད་ན་མར་ཁྱུང་  
 འཇལ། །གཏིང་ནས་ངན་ན་གསེར་འོད་འདོན། །སྒྲོ་རྩ་ཡོང་ན་སྒྲེ་ཤིང་  
 བཅུགས། །གཏིང་ནས་ངན་ན་རྒྱུན་གྱིས་མཐུད། །ལྟ་པས་ཁྱུགས་ན་བསང་  
 མཆོད་བྱེད། །གཏིང་ནས་ངན་ན་སྒྲོང་བཤགས་བྱ། །གཉན་སྒྲོང་འབྱུགས་  
 བ་གཉན་བཅོས་བྱ། །གཏིང་ནས་ངན་ན་ཐུགས་ཀར་བརྒྱལ། །མང་རྩ་བཏང་  
 ཞིང་སེལ་འབྱེད་བྱ། །གནམ་སྒྲོ་བྱིས་ན་གནམ་ཁྱེད་བཅད། །གཏིང་ནས་ངན་  
 བ་ཡ་དར་བཀྱབ། །དག་སྒྲ་འཁང་ཁྱེད་ལྟ་གསོལ་བྱེད། །གཏིང་ནས་ངན་ན་  
 གསལ་མཁར་བསྟོད། །དག་ལྟ་ཐུགས་དཀར་གསོལ་མཆོད་བྱ། །དག་ས་ཁྱེད་  
 དར་ན་དག་ཆོས་བྱེད། །གཏིང་ནས་ངན་ན་མདོས་ཐོར་འཁོར། །ཆོ་པ་འཛིན་  
 ལད་ན་མཚུན་བཅོས་བྱེད། །གཏིང་ནས་ལད་ན་གསལ་མཁར་བཅིགས། །  
 ཡར་ཆོ་རིང་གསུམ་ལ་གཏོར་སྒྲུབ་ཐུགས། །མར་ཆོ་བཏང་གསུམ་ལ་ཁྱུང་འཔོར་  
 བྱེད། །ཆོ་ཐར་བཏང་ཞིང་ཆོ་མདོ་འདོན། །ཆོ་སྒྲུབ་བྱེད་ལ་ཆོ་འཁར་གསོ། །



ཡང་ཅེ་འཛིན་ངན་ན་བསོད་ནམས་བསམས། སྒྲིང་མིག་སྒོག་གསུམ་ལད་ན་  
 སྒྲུབ་མཆོད་བྱ། །བཞིག་ལད་ན་གཡང་སྒྲུབ་བྱ། །ཕྱི་ས་དར་ན་མདོ་ས་ཆོར་  
 འཕེན། །བཞི་རྒྱུ་མཆོ་ལད་ན་བུམ་གཏེར་གཞུག། །བདུན་སྒོ་ས་འགྲོད་ན་བསྟེན་  
 རྒྱུན་བྱ། །ཡང་ལྟ་ས་ཞན་ན་ལྟ་གསོལ་བྱ། །འདྲེ་ས་དར་ན་སྒྲུང་མདོ་ས་པོར། །  
 མི་ས་རྒྱད་ན་དབང་བསྐྱར་བྱ། །ཡང་དྲུངས་མའི་གཏོ་ལ་ཡར་བཅོས་བྱེད། །  
 སྒྲིགས་མའི་གཏོ་ལ་མར་སྒྲུང་འཇལ། །བཟང་ལ་རྟེན་གཞུགས་གཡང་ཁ་བྲལ། །  
 ངན་ན་དེ་མཆུང་སྒྲོག་གཏོ་པོར། །དཔེར་ན་བདུན་གྱི་བྱ་ཤིང་ལ། །དར་ལ་ཕོ་  
 ལྟ་དུང་བྱུང་བྱིས། །མདའ་དར་རིན་ཆེན་རྟེན་དུ་བཅུགས། །ཕྱི་མར་དར་གངས་  
 བབས་མིག་བསྐྱུན། །རྟ་ལོ་པ་ཡིས་འདི་སྒྲུང་དུ། །ཕོ་ལྟ་དུང་བྱུང་དཀར་པོ་  
 བྱོད། །ལྟ་རྟེན་འདི་ལ་བཞུགས་ཞེས་བརྗོད། །ལྟ་རྒྱལ་འཕོད་ཅིང་ཞལ་བསྒོ་  
 བྱ། །བཀྲ་ཤིས་བརྗོད་ཅིང་གཡང་འགྲུགས་བྱ། །གཞན་ལ་འང་དེས་མཆོན་  
 རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིག། །དེས་གང་བབས་ལྟ་དེས་མགོན་པ་ཡིན། །ཡང་ན་ཤོག་  
 གུར་གང་བབས་པ་ཡི། །མདུད་པ་བྱིས་ལ་མདའ་ལ་གདགས། །མདུད་སྒོ་ཟས་  
 འོར་བཟང་པོས་བགྲོལ། །བརྒྱད་ལ་སྒྲུམས་སེ་བབས་པ་ན། །སྒྲིན་མོའི་  
 གཞུགས་བྱ་ཆུ་ཤོད་ནི། །བརྒྱད་དེ་ལྷག་ལོས་རྩྭ་རུབ་པོར། །དེས་མཆོན་གཞན་  
 ལ་འང་ཤེས་བྱ་སྟེ། །རྟེན་འབྲེལ་མཆུད་སྒྲུང་ཞལ་ལས་ཤེས། །རྟེན་འབྲེལ་  
 རུས་པ་བསམ་མི་བྱབ། །མོ་ཆེ་གསུམ་བསྐྱད་ན་མི་ཆེན་འཕོད། །བརྒྱག་ཆེ་  
 གསུམ་བསྐྱད་ན་རྒྱས་པ་འདོན། །བསྐྱད་པ་མང་ན་ཆོས་སྣ་འདོན། །འཕྲོར་

བ་མང་ན་མདོས་རྩལ་ཐོར། མོ་ཆེན་གངས་རི་ཉིལ་བ་ལ། ཁམས་ཆེན་དང་  
ནི་རྒྱལ་ཡུམ་འདོད། བྲག་ནག་ཕུན་པ་གཏིབས་བ་ལ། གཡག་ནག་བཤས་  
ལ་གཟུགས་ཡས་ཐོར། ཡང་ན་གཡག་མགོ་ག་ཟ་རུས་ཐོར་བྱེད། ཤེར་སྤྱིང་  
བདུད་རློག་བརྒྱ་བཞི་བྱ། ཅང་སེ་རྩུང་ལྟར་འཛུབ་བ་ལ། ཉུང་ཀར་རྒྱག་ལ་  
ཡག་ཁ་བརྗོད། ཉི་ཁྱི་བརྒྱད་སྟོང་སྟུང་བ་འདོན། ཤེར་མ་སེང་ལྟར་རྩལ་བ་  
ལ། ཤེར་མའི་སྐྱུ་མཁར་བཀྲག་པ་དང་། དག་སྤྱད་པར་བསྟོད་བསང་མཚོན་  
བྱ། གཡུང་རྩུང་གདན་ལ་བྱོན་བ་ན། ཅང་སེ་བརྩན་ཞིང་བྱ་ལྟར་བཀྲག།  
ས་སྤྱིང་འཁོར་ལོ་བརྩུབ་དང་། རྒྱ་ཆེ་རོལ་བ་གསེར་འོད་བསྐྱལ། བཟང་པོ་  
རུལ་ག་རྒྱས་བ་ལ། ལྟ་གསོལ་གཡང་སྐྱབས་མང་དུ་བྱ། སྤྱིགས་མའི་ལྟ་བ་  
ལུད་བ་ན། གསེར་གཡུ་རྟེན་བཙན་ཐང་འབུམ་བསྐྱལ། ཨ་ཁད་མེ་ལྟར་འབར་  
བ་ལ། ཀུན་རིག་མེ་མཚོད་ལ་སོགས་པའི། སྤྱིན་སྤྱོད་བྱ་ཞིང་འོད་ཟེར་ཅན་  
མ་འདོན། སྐྱུ་མ་ནག་རྩུ་ལྟར་འབུབ་བ་ལ། ཆལ་གཏོར་བཏང་ལ་རྒྱ་མཚོད་  
བྱ། ས་སྤྱིང་ཁྲག་མཚོ་ཁོལ་བ་ལ། གྲི་བྱབ་བྱས་ལ་སྒྲན་མདོ་བསྐྱལ། མ་  
ཟེ་བཙན་ལྟར་འགྲོགས་བ་ལ། ཤེར་བཙན་མདོས་བཀྲག་པར་བྱ། རུ་སྟོང་  
བདུད་ཁམས་ཁྲོས་བ་ལ། བདུད་མདོས་ཤེས་རབ་སྤྱིང་པོ་བྱ། ལི་ཡན་རྩུང་  
ལྟར་འཛུབ་བ་ལ། སྤང་འདྲེ་འགོང་བཀར་གྱུར་དག་འདོན། རིང་དིང་དགྱང་  
སྟོན་དེབ་བ་ལ། དཀྱིལ་འཁོར་ཞལ་བསྐྱར་ཤེར་བྱིན་བསྐྱལ། གྲེབ་རི་རབ་  
འགྲེལ་བ་ལ། སལ་ཆེན་འདོན་ཅིང་སྟོན་མོ་བྱ། དེ་རིག་མཚོ་ཆེན་འབྲུགས་

བ་ལ། །ཆ་ཆ་གདབ་ཅིང་ཞོར་རྒྱུན་འདོན། །དུ་དབལ་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་  
 ལ། །མར་མེ་མང་ཕུལ་གཤེན་ལྷ་མཆོད། །སྒྲིན་དིང་ས་གཞི་འགྲུལ་བ་ལ། །  
 ས་སེལ་དོ་སེལ་སྒྲོང་བརྒྱན་འདོན། །ཁྲིང་རིགས་གཤེན་རྩེ་ཆས་བ་ལ། །འཇམ་  
 དབལ་ཞི་ཁྲོ་མཆོད་ཅིང་བརྟེན། །རྩམ་འཛེམས་འབར་མ་འཆར་ག་བྱ། །སད་  
 །ཁམས་སྐར་ལྷར་འབྲུག་བ་ལ། །འབུམ་རྒྱུན་བྱ་ཞིང་ལྷ་མཆོད་བྱ། །བྱ་རལ་བྱི་  
 ལྷར་ཅུ་བ་ལ། །དུར་ཁ་ཆེ་རྒྱོག་གདུགས་དཀར་བྱ། །སོ་ཡོན་མུན་ཁང་གཉིབ་  
 བ་ལ། །མར་མེ་སྒྲོང་རྩ་མདོ་སྒྲེ་འདོན། །སྒྲོ་བར་སྒྲོང་རྒན་འགྲེལ་བ་ལ། །  
 རྩམ་འཛེམས་འདོན་ཅིང་སྒྲར་མདོས་བྱ། །ན་འབེན་ཐོག་ལྷར་བབས་བ་ལ། །  
 གཉན་བཙོས་བྱ་ཞིང་གཤེད་དམར་བསྐྱབ། །ཕུར་ཐོགས་ཕུར་ལྷར་འདྲིལ་བ་  
 ལ། །གདུགས་དཀར་འདོན་ཅིང་བྱད་རྒྱོག་བྱ། །སུམ་མཉམ་ལྷགས་སྐྱུང་ཅུ་  
 བ་ལ། །ཟ་ལམ་བཏང་ཞིང་བད་དཀར་བསྐྱལ། །མར་ལྷིང་པག་ནག་མཐུན་  
 བ་ལ། །གཏོ་ཡས་ཐོར་ཞིར་དུར་སྒྲི་མནན། །ཡང་བའི་གྲོང་ཁྲིར་མདོ་སྒྲེ་བསྐྱལ།  
 གལ་བར་གྲང་ཆེན་ཐྱོས་བ་ལ། །ཁྲིང་བཞི་སྒྲི་མདོས་བསྐལ་བཟང་འདོན། །  
 བྱ་ཡུན་དར་སོ་ཆད་བ་ལ། །མང་ར་དུང་གྲགས་རྩམ་རྒྱལ་འདོན། །བྱ་བུར་ཕུབ་  
 ཆེན་ཆས་བ་ལ། །མ་ཁི་བུར་འདོན་རོ་དར་བཀྲལ། །སྒྲོ་ཆེ་རྟ་བྱུ་འདྲོག་བ་ལ། །  
 རྒྱུང་རྟ་བསྟོད་ཅིང་རྩམ་སྒྲས་བསྐྱབ། །སྒྲོང་པོ་བརྒྱན་བ་མང་དུ་འདོན། །མ་ཆོ་  
 མདུང་རྩེ་གཟིང་བ་ལ། །གྲི་ཁ་བསྐྱར་ཞིང་མདོ་ཐིག་འདོན། །སྒྲིར་ནག་བཤའ་  
 གདན་བཉིང་བ་ལ། །སེལ་བྱ་འབྲུག་བཙོས་འདུལ་བ་འདོན། །དུ་དབལ་ཞགས་

པ་བརྒྱུད་ཅན། །གཟའ་ཡུམ་དང་ནི་དོར་གཅོད་འདོན། །མུ་ས་རལ་བ་བཀྲམ་  
པ་ན། །སྒྲོལ་མ་འདོན་ཅིང་འདུས་པ་བཀྲམ། །ཁྱུང་བརྒྱུད་བྱ་ཆེན་ལྡང་བ་ན། །  
ཆོག་ས་མཆོད་བྱ་ཞིང་བཀའ་ཐང་འདོན། །ཆོལ་ཆེ་ལྷག་ས་དོ་ཉིལ་བ་ལ། །སྤྱང་  
འགྱུད་བྱ་ཞིང་བཟང་སྦྱོད་འདོན། །ཅེ་ར་རྩོམ་ཆོན་བདར་བ་ལ། །ཏིང་རྒྱལ་  
བཀྲམ་གཅིང་ལང་ག་ཤེགས་འདོན། །བྱོད་ལུར་བྱེའུ་རྒྱུད་འལུར་བ་ལ། །རྒྱུང་  
སྤྱད་བྱ་ཞིང་ག་ལྡ་འདོན། །ཁྲི་བུར་རུ་ཅེ་བདར་བ་ལ། །སྤྱང་བརྒྱུད་འདོན་ཅིང་  
གཟེར་མིག་བཀྲམ། །ཡར་དིང་སྟག་མོ་རར་བ་ལ། །ཤ་བརྒྱ་ཟན་བརྒྱ་མདོ་སྟ་  
བྱ། །ཤང་ཟེ་གཤུ་འབྱུག་ལྡིར་བ་ལ། །དག་པོ་མདོ་བཞི་གསེར་སྦྱིམས་བྱ། །  
ཡང་འབྱུང་བའི་ཁམས་ཀྱི་བཅོས་དབྱུད་ལ། །མི་ཁམས་མེ་ལར་འབར་བ་ན། །  
སྦྱིན་ཐེག་བྱ་ཞིང་ཆབ་གཏོར་བཏང་། །ས་ཁམས་རི་ལྟར་ཉིལ་བ་ལ། །ཆ་ཆ་  
དབྱེ་བསལ་རྒྱུད་ཏྲ་བྱ། །རྒྱ་ཁམས་རྒྱ་ལྟར་འབྱུགས་པ་ལ། །རྒྱ་གཏོར་བྱ་ཞིང་  
རོ་དར་བཀྲམ། །ཤིང་ཁམས་སྦྱིན་ལྟར་གཏིབ་པ་ལ། །འབུམ་རྒྱན་ཆེ་ཐར་  
འཁོར་འབར་བྱ། །ལྷགས་ཁམས་སྐར་ལྟར་འབྱུགས་པ་ལ། །དྲུང་གསལ་མེ་  
མཆོད་དག་བསྐྱབ་བྱ། །རྒྱུང་ཁམས་རྒྱུད་ལྟར་འཕྱོ་བ་ལ། །ལུང་འདོན་གསལ་  
མཁར་སྒྲོལ་མ་འདོན། །ཡང་ས་རྒྱུད་པར་དལ་བཞེངས་ཆ་ཆ་གདབ། །རྒྱ་རྒྱུད་  
པར་རྒྱ་སྦྱིན་རྒྱ་འཁོར་བཅུགས། །རྒྱུད་རྒྱུད་པར་རྒྱུད་ཏྲ་རོ་དར་བཀྲམ། །ཤིང་  
རྒྱུད་པར་སྦྱེ་ཤིང་བཅུགས་པ་དང་། །སྦྱིན་ཆེན་མདོ་འདོན་འབྱ་སྟ་མཆོད། །  
ལྷགས་རྒྱུད་པར་མཆོན་ཆ་ལྟ་ལ་ལུལ། །ལྷགས་རིགས་དག་ལ་རྟེན་གསུམ་

བཞེངས། །མེ་རྒྱད་པར་སྒྲིན་སྒྲིག་མང་དུ་བྱ། །

༡ །གཞན་ཡང་དམིགས་བསལ་སྒྲིང་བཅོས་ལ། །ཆོ་ལ་གཟེན་ན་ཆོ་ཐར་  
 དང་། །ཉེའུ་འདོན་སྒྲིན་གཏོང་ལམ་བསལ་བྱ། །ཆོ་མདོ་ཆོ་གཟུངས་ཆོ་སྒྲུབ་  
 བྱ། །ལྟ་ས་ཞན་ན་རང་རང་གི་ །གང་བཞེན་ལྟ་དང་སྤྱང་མ་གསོལ། །སྒྲིང་  
 བཤགས་བྱ་ཞིང་དག་སྤྲོ་བརྒྱ། །གང་གཞོད་སྤྲེ་བརྒྱད་དོས་བཟུང་ལ། །དེ་  
 དེའི་མདོས་དང་གཉེན་པོའི་ལྟ། །ཁི་དྲག་གང་ལ་གང་དགོས་སྤྱད། །བྱད་དང་  
 ཐན་དང་རུར་དོ་སོགས། །གང་བབ་དེ་དེའི་གཉེན་པོ་བཞེན། །གཞན་ཡང་གཏོ་  
 ཐིག་རྫོ་དབྱུང་དང་། །མོ་བ་བཞེན་འབྲེལ་མཁུད་སྤྱད་རིགས། །བྱ་སྤྲོད་ཆེ་  
 མང་མཆིས་པ། །འདི་རུ་མ་སྒྲོས་གཞན་ནས་ལོང་། །རལ་བ་ཐམས་ཅད་འབུམ་  
 གྱིས་བསྐྱབ། །ཆད་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱན་གྱིས་མཐུད། །འུག་པ་ཐམས་ཅད་གཏོ་  
 ཡིས་བཅད། །འབྲོགས་པ་ཐམས་ཅད་མདོས་གྱིས་བསྐྱང་། །འབྱུམས་པ་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱུས་གྱིས་བཀྱག། །ཁྲོས་པ་ཐམས་ཅད་བརྒན་གྱིས་བསྐྱམ། །འབྲུགས་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཟོར་གྱིས་བསྐྱོག། །དགེ་བ་ཐམས་ཅད་གཡང་དུ་སྤྲང་། །དབུལ་  
 པོར་ལྷག་གི་གསེར་རྩི་གདབ། །མྱང་པོར་འཕམ་གྱི་སྒྲེ་ཤིང་བཅུགས། །སྤྱག་  
 ལ་སྒྲིད་གྱི་གསོས་སྒྲན་བཏང་། །རྒྱད་པར་དབལ་གྱི་དར་ཆེན་བྱར། །ལྟ་ལ་  
 བརྒན་དང་བདུད་ལ་ཡས། །རྩུལ་བཞིན་ཐེབས་པའི་རྫོ་དབྱུང་རིགས། །ཁལ་  
 ཤེས་མན་ངག་དང་བསྐྱུན་ཏེ། །རིག་པའི་གསང་ནས་སྤྲེལ་བ། །ཀུན་པན་  
 ཉི་མ་སྤང་བྱེད་ཡིན། །

༥ ཤེས་བྱ་དག་ལ་མཐའ་མེད་ལྟར། མཆོན་བྱེད་མོ་ཡང་དེ་འདྲ་བས། །  
ཐམས་ཅད་བརྟེན་པར་མི་རྣམས་ཀྱང་། གཤམ་ཆེན་མདོ་ཙམ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས། །  
མོ་ཁོག་འདི་ཡིས་གཞི་བབྱང་ནས། འདི་རུ་མ་འདུས་དོན་ཆེན་རིགས། ཟུར་  
དུ་ལྟན་ཐབས་ཚུལ་དུ་བསྐྱས། རྩོམ་གསལ་དག་གནད་བྱང་སྟོང་། །

༥ མོ་འདི་ཡི་ཆེ་བ་སོགས་བཤད་ན། དབྱེད་དོན་རྒྱུ་མ་གསེར་འབུམ་ལས། །  
གཤམ་འབྱུག་ནམ་མཁར་གྲགས་པ་ལ། བྱང་བ་མ་བྱས་འགན་དུ་མེད། ། བྱང་  
ཆེན་གནམ་འཕང་གཅོད་པ་ལ། ཤིང་ཁའི་བྱེད་སྤྱུང་འགན་དུ་མེད། གངས་ལ་  
སེང་གོ་འགྲིང་པ་ལ། རྩོམ་གསལ་བྱང་འགན་དུ་མེད། ཤུགས་ལྡན་རྩོམ་རྒྱག་  
པ་ལ། བྱོང་གསེབ་བོང་བྱས་འགན་དུ་མེད། ལྟག་མོ་ནགས་བྱང་འགྲིམ་པ་  
ལ། རྩེར་མཁྱོགས་ཕ་མོས་འགན་དུ་མེད། མཆོལ་ཉ་ཆེན་རྒྱལ་པ་ལ། །  
འདམ་གྱི་ལྷོང་མོས་འགན་དུ་མེད། བཙུ་ལྷའི་ཉ་ཆེན་རྒྱས་པ་ལ། ཉིལ་གྱི་  
སྟོན་མེས་འགན་དུ་མེད། མཁའ་ལ་ཁྲི་གདུགས་ཤར་པ་ལ། ཁྲིན་བུ་མེ་ཁྲིར་  
འགན་དུ་མེད། བརྒྱ་བྱིན་ལྟ་ཡི་ལོངས་སྟོང་ལ། དབུལ་པོ་ལོར་མེད་འགན་  
དུ་མེད། རྟོན་པས་སྟེ་སྟོང་བོན་བཤད་ལ། ཁྲིན་བུ་ཆོག་ཚུང་འགན་དུ་མེད། །  
ཐུབ་པས་དམ་ཆོས་སྟོམ་བཤད་ལ། ཁྲིན་སྟོམ་ཤེས་ཚུང་འགན་དུ་མེད། །  
མཁས་པས་དབེ་དོན་བཤད་ཅ་ན། ཡིད་དབྱེད་ལྟ་སྟོར་འགན་དུ་མེད། །  
བདེན་པའི་གཞུང་ཆེན་བཤད་པ་ལ། རྩུབ་མའི་སྤྱོད་པོལ་འགན་དུ་མེད། །  
མོ་ཡི་རྒྱལ་པོ་རུ་ཐིག་ལ། མོ་ཐུན་གཞན་གྱིས་འགན་དུ་མེད། བརྒྱ་ཐིག་མོ་

ཡི་ཁོག་དབྱུང་ལ། །དབྱུང་སྒྲུབ་གཞན་གྱིས་འབྲུག་དུ་མེད། །ཞེས་དང་དགོས་  
 པ་བཤད་པ་ནི། །སྒྲུ་མ་གསེར་འབྲུམ་ལས་གསུངས་པ། །ཤོང་མ་རྣམས་གྱི་  
 ཞལ་ཆེམས་ཡིན། །གཉེན་མ་སང་བུ་དགྲའི་སྣང་མ་ཡིན། །རིན་ཆེན་གསེར་  
 གྱི་ནང་ནོར་ཡིན། །དགོས་འདོད་འབྲུང་བའི་ནོར་བུ་ཡིན། །ཁམས་གསུམ་  
 གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །ལུས་ཅན་འཆོ་བའི་རྗེ་ལུ་ཡིན། །སྒྲོག་ཅན་བཤུག་  
 བའི་བར་པ་ཡིན། །དག་སྤྲིག་གཉིས་གྱི་ཤན་འབྱེད་ཡིན། །ཤི་བདུད་སྒྲོག་པའི་  
 གཉེན་པོ་ཡིན། །འདུ་བ་ནད་གྱི་སྒྲུབ་པ་ཡིན། །ཆག་ཚད་གཏོ་ཡི་སྒྲོན་པ་ཡིན། །  
 འདྲེ་ཡས་སྤྱད་པའི་གཏོ་བ་ཡིན། །དཀོན་བཟུ་དུམ་སྤར་ཡིན། །བསགས་པ་  
 ནོར་གྱི་བང་མཛོད་ཡིན། །ཞེས་དང་ཁོག་བརྒྱུད་སོགས་ལས་ཀྱང་། །འདི་ཉིད་  
 ཤེས་པའི་མོ་མརྣམས། །དུལ་དཀར་མེ་ལོང་བྱིས་པ་འདྲ། །བཟང་ངན་ལེགས་  
 ཉེས་ཐམས་ཅད་གསལ། །གང་གིས་གཞུང་འདི་མི་ཤེས་པ། །ལུན་པ་ནག་པོའི་  
 གཏིང་རུམ་དུ། །རྗེས་འདོད་ལག་བས་ཉལ་བ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་འདྲ་  
 དཔེ་བཤད་པ་ལ། །དབྱུང་དོན་སྒྲུ་མ་གསེར་འབྲུམ་ལས། །ལུ་མེད་པ་ནམ་  
 མཁའི་མཐའ་དང་འདྲ། །གཏིང་མེད་པ་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་དང་འདྲ། །ལུག་རིང་  
 ཚད་རྒྱ་པོ་གཞུ་འདྲ། །མཐའ་རིང་ཚད་དགྲུ་ཐིག་སྒྲུ་མོ་འདྲ། །གངས་མེད་པ་  
 གཞུའི་བྱེ་མ་འདྲ། །ཀུན་ལྷབ་པ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་འདྲ། །ཀུན་སྦྱེད་པ་  
 གསེར་གྱིས་གཞི་འདྲ། །གཟིགས་པ་ཉི་ཟེར་སྒྲོན་མེ་འདྲ། །མཁེན་པ་རིག་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་འདྲ། །ཞེས་དང་ཐིག་ཀྱི་འདྲ་དཔེ་ཡང་། །སྒྲུབ་རྒྱུད་སོགས་ལས་འདི་

ལྷ་གསུངས། །ལར་ཐིག་གུ་དར་གྱི་ཟུར་ལུང་ཅན། །དཔེ་ནི་ནམ་མཁའ་སྤྱིན་  
 དང་འདྲ། །འཁོར་བ་བར་སྒྲུང་འཇའ་ཚོན་འདྲ། །མདུད་འགོས་སྒྲུང་བའི་ལྷུང་  
 མོ་འདྲ། །སྒྲོ་འདོད་ནེ་ཙྰ་སྒྲུ་མཁས་འདྲ། །འཕེལ་འགྲིབ་རྒྱ་ཡི་གྲུ་དང་འདྲ། །  
 འཕྱར་ལྷོག་བན་དེ་ཙྰ་ལ་རྒྱུང་འདྲ། །ཚིག་མི་རྟག་ལུ་མོ་གོ་མ་འདྲ། །ཡན་ལག་  
 རྒྱ་བའི་རྩ་ལག་འདྲ། །དོས་འཛིན་དབྱར་གྱི་མེ་དོག་འདྲ། །མདུད་སྒྲོ་བག་མ་  
 རྒྱལ་སྒྲུང་འདྲ། །བརྒྱག་བཟང་ཆན་མོ་གནས་བདམ་འདྲ། །གཡུང་དྲུང་ཡུལ་  
 གྱི་མི་ཆེན་འདྲ། །བྲག་རིགས་ས་འབྱུག་སྒྲུབ་རྒྱུ་འདྲ། །སངས་རྒྱལ་སྒྲུབ་རྒྱུ་  
 གཟན་ཚོལ་འདྲ། །མོ་མ་ལྷ་འདྲའི་གཟུ་བ་འདྲ། །སྒྲོད་མི་ལྷ་འདྲའི་ཐིན་བ་  
 འདྲ། །ཞེས་གསུངས་མོ་ཡི་འདེབས་ལུགས་ཀྱང་། །སྟོན་རྒྱུད་མོགས་ལས་འདི་  
 རྒྱུད་བཤད། །མོ་རྒྱལ་བོ་ཡིན་པས་གདན་ཞིག་དགོས། །བཅུན་མོ་ཡིན་པས་  
 འཕྱར་ཞིག་དགོས། །རྒྱལ་ཕན་བཞིན་དུ་གངས་ཤིག་དགོས། །ཡིག་རྒྱུད་བཞིན་  
 དུ་དོན་ཤིག་དགོས། །རྫོ་མཚོན་འདྲ་བར་བདར་ཅིག་དགོས། །སྒྲོན་མེ་ཡིན་  
 པས་གསལ་ཞིག་དགོས། །དྲི་ཟ་བཞིན་དུ་གསུང་ཞིག་དགོས། །སྒྲུས་མ་བཞིན་  
 དུ་བྱས་ཞིག་དགོས། །རྒྱལ་ལུ་ཡིན་པས་རྒྱན་ཅིག་དགོས། །ཆན་རྒྱོན་འདྲ་བས་  
 གོས་ཞིག་དགོས། །མོ་བཅུན་ཡིན་པས་སྒྲུ་ཞིག་དགོས། །སྤྱིད་བ་ཡིན་པས་སྒྲིང་  
 ཅིག་དགོས། །འཕྱལ་ཆ་ཡིན་པས་གཡུ་གཅིག་དགོས། །ཞེས་དང་ཁྱད་བའི་  
 རྒྱལ་དག་ཀྱང་། །བྲམ་ཟེ་གྲུ་ཡི་བེར་ནག་ལས། །ལར་མོ་ཁོག་ནམ་མཁའ་ལྷ་  
 ལུང་ལ། །གཟེ་མོ་ལྷ་སྤྱིན་འདྲ་བས་བསྐྱེལ། །དེ་རིག་བ་རྒྱུད་ལུགས་སྒྲུ་མོས་



གཏོང་། །ཞེས་དང་སྒྲུ་མ་གསེར་འབྲུམ་ལས། །བརྟག་པའི་མན་ངག་ཟེར་ཅ་  
ན། །མོ་བ་སྒྲུ་ཏ་སྒྲུ་འདེས་པ་དེ། །འོ་མ་བྲག་དང་འདེས་པ་འདྲ། །དབྱང་ཆེ་  
རྒྱུ་མོ་ཡི་ལན་དང་བསྟུན། །སྒྲུང་གི་ལྟ་ལྟ་བརྟག་པ་དེ། །མོ་བ་རི་ལ་བྱུང་པ་  
འདྲ། །བཟང་ངན་མོ་ཡི་ལན་ལ་དབྱེད། །དབྱེད་པའི་མན་ངག་ཟེར་ཅ་ན། །  
མོ་མདུད་སྒྲུམ་བརྒྱུག་ཏུ་ལ། །དྲངས་མ་བརྒྱུད་ཉི་ཤུ་དེ། །ལྷ་ཁམས་སྤིང་  
པའི་བླ་གནས་ཡིན། །མཛངས་པ་བརྒྱུད་ཉི་ཤུ་དེ། །མི་ཁམས་སྤིང་པའི་བླ་  
གནས་ཡིན། །སྤྲིགས་མ་བརྒྱུད་ཉི་ཤུ་དེ། །འདྲེ་ཁམས་སྤིང་པའི་བླ་མདུད་  
ཡིན། །དེ་ཆོན་ཀམ་ཁོར་སོ་སོར་དབྱེད། །ཤེས་པའི་མན་ངག་ཟེར་ཅ་ན། །  
མདུད་པ་སྒྲུམ་བརྒྱུག་ཏུ་ལ། །མོ་མིང་སྒྲུམ་བརྒྱུག་ཏུ་ཡོད། །བརྒྱག་ཁ་  
བདུན་བརྒྱུ་ཉི་ཤུ་ཡོད། །བྲག་ལ་ཁྲི་དང་སྔ་ལ་འབྲུམ། །ཁ་ནས་ཤོད་ལ་ཡིད་  
ལ་ཞོག །སྒྲུ་པའི་མན་ངག་ཟེར་ཅ་ན། །བཟང་ངན་འབྲིང་གི་ཤན་འབྲེད་  
ནི། །སོ་སོར་བབས་ན་ཏལ་གྱིས་སྒྲོས། །ཐེ་ཆོམ་མི་དགོས་སྒྲོས་པས་ཆོག །  
དོན་མི་གསལ་ན་གཏིང་མ་གཅོད། །མ་བབ་པ་ལ་སྒྲུ་རྒྱུ་མེད། །དོན་གྱི་མན་  
ངག་ཟེར་ཅ་ན། །པ་ལྟེས་བཟང་པོའི་ཆོག་རྒྱན་དང་། །སྒྲོ་བ་དཔོན་མཁས་པའི་  
མན་ངག་དང་། །གཞུང་ཆེན་བསྐྱབས་པའི་ལྟེ་མིག་གསུམ། །ཁ་ལ་མ་སྒྲུ་སེམས་  
ལ་ཞོག །དོན་མེད་མི་ལ་ཁ་མ་འབྲུམས། །བཤད་པའི་མན་ངག་ཟེར་ཅ་ན། །  
བཀྲོལ་རྒྱུ་མེད་པའི་ཐེ་ཆོམ་དེ། །མང་པོ་རྒྱུང་ལ་དེ་རེས་ཁྲོལ། །བཀྲོལ་རྒྱུ་མེད་  
པ་ཐབས་གྱིས་ཞོག །གསང་ཆོག་མ་བྱེད་ཉམས་དང་བསྟུན། །ཅོད་པ་འོང་

བའི་ཉེས་སྒྲོན་ཡོད། །བཟུང་བའི་མན་ངག་ཟེར་ཅ་ན། །གཞུང་ཆེན་ཁ་ནས་  
 ཤོད་གྱིས་ལ། །འགག་ཆེན་ཡིད་ལ་བཟུང་བར་གྱིས། །དྲི་མི་བྱུང་ན་ཐབས་  
 གྱིས་སྒྲོས། །གདམས་ངག་འཆོར་བའི་ཉེས་སྒྲོན་ཡོད། །སྤྲོས་བའི་མན་ངག་  
 ཟེར་ཅ་ན། །ངན་གསུམ་བསྐྱར་བའི་གཏོ་ཐིག་དེ། །ཁ་ལ་མ་སྤྲོ་སེམས་ལ་  
 འཆོང་། །ཁ་གསེར་བྱིན་ན་སྤྲོད་ནས་སྤོན། །གྲིབ་ཆེན་ཐོག་བའི་ཉེས་སྒྲོན་  
 ཡོད། །ཞེས་གསུངས་གདམས་པ་སྤྲ་རྒྱུ་ཡ་གྱུང་། །མ་སང་འཁོར་ལོ་མདོ་སྐོག་ས་  
 ལས། །གང་ལ་མི་བསྟན་གསང་བ་ནི། །སྒྲོབ་དཔོན་གསང་ནས་རང་ཆེ་འདོན། །  
 རླུང་མ་ཁ་འཇམ་བྱིད་ཐབས་མཁན། །གཡོ་སྤྱུ་གཞིག་དོམ་དཔེ་རྒྱུན་ལ། །  
 བསྟན་བར་མི་བྱ་སྤྲ་བར་བྱ། །ཞེས་དང་གཡ་ཡིག་སྐོག་ས་ལས་ཀྱང་། །སྤོང་  
 གསུམ་གསེར་གྱིས་བཀའ་ན་ཡང་། །མན་ངག་སྤྲ་འེའི་རིན་ཐང་མེད། །གསེར་  
 བོད་ཡི་རང་བཞིན་ཏེ། །གདམས་པ་ཁོར་བྱ་ལག་བཅང་ཡིན། །ཁོར་བྱ་རང་  
 གི་མཛོད་ལུག་སྤྲ། །སྤང་མདོར་འགྲིམ་ན་དེ་བས་རྒྱུང་། །ཞེས་དང་སྒྲོད་བའི་  
 རིམ་པ་ཡང་། །ཁྱིམ་དུག་ས་འཁོར་ལོ་ལས་གསུངས་པ། །སྤྱིར་ནི་རྒྱ་འབྲས་  
 བོན་རྣམས་ལ། །སེམས་བསྐྱེད་གཞི་མ་མེད་པས་ན། །གང་ཡང་རྒྱུ་ཡིས་འབྲས་  
 མི་ཆོལ། །དོན་དམ་རྟོད་བར་ག་ལ་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཐོག་མར་འཇུག་བའི་  
 རིམ་པ་ལ། །སེམས་བསྐྱེད་རྟོད་རྟེན་གཞི་བཟུང་ལ། །འགོ་ལ་ཡན་བའི་སེམས་  
 ལྷན་ཞིང་། །མོ་ཅིས་གཏོད་བྱུང་གང་བསྐྱབ་ཀྱང་། །མཁས་པར་བྱས་ལ་ཤེས་  
 པར་བསྐྱབ། །ཞེས་དང་། ལྷ་གསེན་སྤྱང་བའི་དམ་ཆོག་དགྲ། །མི་དབང་ཡས་

དང་ཐོད་མི་བསྟེ། །མ་མཐོང་ལྟ་དང་འདྲེ་མི་བཟུང་། །སེམས་ཅན་སྒོག་ལ་  
གཟན་མི་བསྐྱར། །ཕུ་མེད་གཤེན་གྱི་ལྟ་མི་སྤང་། །ལྟ་བུ་དམིགས་པའི་རྟེན་  
མི་བཅའ། །སྤྱོད་བས་གཞན་གྱི་ཡས་མི་བསྐྱེལ། །མི་འགོ་ཡས་དང་སྤྱད་མི་  
བསྟན། །ཆོད་ཡོད་སྒྲན་དང་ཟས་མི་སྤྱར། །ཐེ་ཆོམ་མེ་དང་གཏར་མི་བྱ། །  
ཞེས་དང། གཡུང་དྲུང་བོན་ལ་རྒྱ་ཆེན་གངས་མང་ཡང་། །མདོ་རུ་བསྐྱས་ན་ཐེག་  
བ་རིམ་དགུར་འདུས། །ལྟ་བུ་ཡས་འབྲུབ་སྤྱོད་བ་མས་ཡར་འཛེགས། །མཐར་  
ནི་དོན་དམ་ཐིག་ལེ་གཅིག་ལ་བསྟུ། །ཀུན་གཞི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་ཀྱི་གྲོང་དུ་  
རེས། །འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ། །དང་པོ་ཕུ་གཤེན་  
ཐེག་པའི་སྒོ་རུ་འཇུག། འགོ་ལ་ཕན་བྱེད་སྣང་གི་དགའ་བ་བསྐྱེད། །བདག་  
ཀྱང་བོན་སྒོ་རིམ་པར་འཆད་རྒྱལ་ལ། །མི་ལོ་བརྒྱ་ལོན་གཤེན་ལོ་གཅིག་ལོན་  
ནས། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཕུ་གཤེན་འཆད་པར་བྱེད། །སྒྲོན་ཡོན་བྲ་ལྟས་ལེགས་  
ཉེས་དྲང་ཤན་འབྱེད། །བདེན་རྒྱུན་ཡོ་དྲང་ཆམ་དང་ཆོད་ལ་གཞལ། །ནད་གསོ་  
འཆི་སྤྱོད་ཆེ་གཡང་དཔལ་གསུམ་སྒྲེད། །འགོ་ལ་ཕན་བདེ་རིམ་པར་བྱགས་  
ཀྱིས་འབྱུང་། །དར་ཅམ་བདེ་ཡང་ཡོན་ཏན་བསམ་ལས་འདས། །སེམས་ཅན་  
དགའ་བ་བོན་གྱི་རབ་མ་ཡིན། །དེ་ཐྱིར་གང་ལ་གང་དགའི་ཕན་ཐོགས་བྱ། །  
ལུས་སྒོག་ཡིན་ཀྱང་དེ་ཡི་ཐོགས་ལ་གཏོང་། །རང་དོན་མེད་ན་འགོ་དོན་དེ་ཡིན་  
མོད། །སེམས་བསྐྱེད་རྩ་བ་ཆ་གཅིག་དེ་ལ་ཐུག། ཕུ་གཤེན་ལེགས་རྒྱལ་གཙུག་  
ལུང་ཐུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་དུ་ཞོག། ཅིས་དང་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་ཡང་། །འབྱུང་བ་ལྟ་

ཡི་ཁོག་རྩེ་ལས། རྒྱལ་པའི་བཀའ་དང་འཕགས་པའི་ལུང་། བདེན་པ་ཚད་  
དུ་བརྟེན་པ་ན། བདག་གཞན་དོན་གཉིས་གྲུབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པའི་ན་  
དུ་ཤེས་པར་བྱ། འདིར་སྒྲུབ་པ། འགྲོ་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་ནི་སྣ་ཆོག་སྟེ། བྱང་སྤྱོད་  
ཆེན་པོའི་དུ་མའི་འབྲུལ་གྱིས་སྟོན། བློ་ལྡན་སྤྱིར་རྗེ་ཅན་ནམས་དེ་བསྐྱབ་  
ནས། རྣམ་མང་འགྲོ་པའི་ཕན་བདེ་སྐྱབ་པར་བྱེད། ལེགས་བྱས་མཐུ་ཡིས་  
ལྷ་ལ་ལྷ་མིག་བཞིན། ལེགས་སྤེལ་ཉེས་ཆོག་སྟེ། བསྐྱབ་པའི་སྣང་བྱེད་དུ། རྣ་  
ཆོ་མཐོང་འབྲུལ་གྱི་སྒྲོ་མ་རིན་ཆེན་འདི། བསྟོན་ནམས་ཅན་ལ་གྲོས་གྱིག་ཉེན་  
བཞིན་གནས། འདི་ན་འབྲུལ་གྱི་མདུད་པའི་གཞུང་བཟང་པོ། མཛོན་ཤེས་  
ལྡན་པའི་ལུང་གིས་བསྟན་མོད་གྱི། མཛོག་སྟེ་ལོག་མོག་རང་བཟོའི་ཉེས་པ་  
ཡིས། ཆོང་དུས་འོ་མ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་བསྐྱབ། མདུད་པའི་ཚུལ་དང་དབྱེད་  
གྱིག་ནས་རྣམས་ལ། དཔེར་ན་རྒྱན་འབྲུམ་སྟོར་བར་བརྟུ་མང་། ཐོར་བུའི་  
ཡིག་ཆོག་སྟེ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བས། རྩོགས་གཅིག་མི་རྟོག་རྟོག་གྱུང་བལྟ་བར་  
དཀའ། དེ་བྱིར་ལོར་འབྲུལ་བསལ་ནས་རྩོགས་གཅིག་ཏུ། བསྐྱབས་པ་གང་  
འདི་རྣ་ཆོ་མཐོང་མཐུན་པོ་ཡི། དབྱལ་བར་གསར་དུ་བཀོད་པའི་མིག་བཟང་  
དང་། སྤྱང་དོར་སྤྱང་བགས་ལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཡིན། དེ་ལྡན་མོ་མ་མཆོག་དམན་  
མཐའ་དག་གི། ལེགས་ལ་མཐོར་གྱིང་བཀོད་པའི་དེད་དཔོན་དང་། འཛིགས་  
པའི་རྩ་གྲོང་སྒྲོག་པའི་འབྲུལ་འཁོར་མཐུན། རྩུག་བསྐྱལ་རྒྱུད་གཞན་རིག་  
སྟེ་གསལ་མཐུན་དུ་འགྱུར། བྱུང་ན་གཉིར་མས་གདོང་ལ་སྤྲོ་ཕབ་པ། རྩ་རྟོགས་

དྲུངས་བ་བཞིན་རྩ་བཤིག་བྱས་ནས། །དགའ་བའི་བཞིན་རས་ཉ་རྒྱས་ལྷ་བའི་  
གཟུགས། །འཇུམ་པའི་འོད་དཀར་འབྱེད་པར་འདི་ཡིས་རྩས། །སྒོག་གི་ལྷོན་  
པར་གཟུགས་པའི་བདུད་ཀྱི་གི། །སྒྲ་ཡི་ཚོར་བྱ་རྒྱ་བ་འདྲེའི་ལྷགས་ཀྱ། །མི་མཐོན་  
བཞིན་དུ་བརྒྱུད་བ་དེ་དག་ཀྱང་། །མི་ལ་སྒྲོན་པར་བྱེད་པར་འདི་ཡིས་རྩས། །  
འཆི་སྒྲོང་ནད་གསོ་བྱེད་པའི་བདུད་ཅི་དང་། །དབུལ་ལྷུག་མང་པོ་འབྲེལ་བའི་  
ཚོར་བྱ་དང་། །ཁས་ཞན་བཙན་པོར་བྱེད་པའི་ལས་ཐམ་གསུམ། །འདི་ལ་བརྟེན་  
ན་དཀའ་བ་མེད་པར་རྟེན། །རྒྱས་མེད་ལམ་དུ་ཚོར་མང་མགོན་པོ་བཞིན། །  
མིད་པར་མེད་པས་རྒྱ་བ་དོན་མཐུན་ཆོགས། །ཕྱི་ནང་ཉེར་འཆེའི་དག་ཡི་ལམ་  
སྒྲུག་ལས། །ཁྱོལ་བའི་བྱ་གཏོང་འཕུལ་གྱི་རྩ་ཐིག་ཡིན། །དུས་དང་ཕྱགས་སུ་  
གང་ཞིག་དོན་གཉེར་ན། །མི་མཐོང་མི་ལ་ས་འོག་གཏོར་བཞིན་དུ། །ལྷགས་  
ལམ་སྣང་བའི་སྒྲོ་དེ་འདི་ཡིན་ཞེས། །གསལ་པོར་སྒྲ་བ་འཕུལ་གྱི་བརྩ་ཐིག་  
ལགས། །འདི་ནི་ཀུན་སྟོམས་ཀུན་པན་ཀུན་ལ་མཐོ། །དེ་ཕྱིར་གཤེན་རབ་སྟོན་  
པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཐུགས་དང་ལྡན་ན་ཡང་། །དམན་ལ་  
བརྟེ་བས་བཀྱིད་དྲང་ལམ་འདི་བསྟན། །རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱར་ཡིད་ཆེས་ལྟ་བ་  
ཡིན། །དད་བརྟེས་རྟེ་གཅིག་འཇུག་པ་སྒྲོམ་པ་ཉིད། །ཕྱོགས་མེད་སྤང་དོར་  
སྟོན་པ་སྟོད་པ་སྟེ། །རང་པོར་གཞན་པོར་མོ་ཡི་འབྲས་བུ་ལགས། །དོན་རྒྱུང་  
མོ་ལ་མཁའས་བསམ་ཅི་བྱ་ཞེས། །ཤེས་མེད་ཁག་ཡམ་སྒྲུ་བས་སྟོང་སྒྲིང་སྒྲོགས། །  
འགག་ལ་ཐུག་ཆེ་སྒྲུན་པོའི་སྒྱི་བརྟོལ་གྱི། །རྩུབ་ལུང་གསེར་གྱིས་ཉ་བ་མཁའས་

པ་མིན། །མདོན་ཤེས་ལྡན་པའི་དྲང་སྲོང་གིས་བསྟན་པའི། །ཁོ་མཐོང་འབྲུལ་  
གྱི་མོ་བུའི་བདེན་ཆོག་ལ། །པན་བདེ་འབུམ་ཐུག་སྐྱབ་པའི་ལུང་ཡིན་ཞེས། །  
ཡིད་ཆེས་ལྡན་པ་སློ་ལྡན་མཁས་པའི་ཚུལ། །ཚུལ་བཞིན་སྤྱངས་པ་ལྟ་བུ་  
ཟད་ཅོམ། །ཤེས་ཤིང་གོམས་པ་འབྲུལ་མདུད་མཁན་རྣམས་ཀྱང་། །སྤང་དོར་  
གནས་ལ་མོ་མ་གཞན་ཀུན་ལས། །འཕགས་པར་མདོན་སྐྱུ་མཐོང་ལ་སྐྱུ་ཡིས་  
བསྟོན། །དེ་ཕྱིར་རྒྱ་ཆེ་རབ་ཟབ་ཕྱག་ཤེན་ལུང་། །སྤྲོ་ཆོགས་ཐོར་བུར་གནས་  
བ་གྲངས་མང་བས། །ཕྱོགས་གཅིག་བསྐྱབ་བ་དཀའ་ཆོགས་ཆེ་མོད་ཀྱི། །སེམས་  
ཁལ་བསྐྱངས་ཏེ་འབད་པས་བྱིས་པ་ཡིན། །ཁོར་འབྲུལ་བསལ་ཕྱིར་གཞན་  
ལ་བཅུ་བའི་ཕྱིར། །སྤང་དོར་མཐོང་ཕྱིར་གཤེན་ལ་དད་པའི་ཕྱིར། །ཞེར་མ་  
དགུས་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་བདེ་བའི་ཕྱིར། །འབད་བ་དེ་ཡང་དོན་མེད་འགྱུར་མ་  
ལགས། །འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་མའི་དྲིན་ལས་ཤེས་བུའི་ཚུལ། །གང་ལ་བལྟས་  
བདེ་ཡང་མདུན་དུ་དང་། །ལྷག་བསམ་མཛོད་དང་འགྲོགས་པའི་སྒོ་གོས་ཀྱི། །  
སྒྲ་བ་འདི་དག་གང་དུ་འགོ་ཡང་མཛོས། །ཀྱེ་ཏོ་རྣམ་དབྱུང་བཟང་པོའི་མིག་  
ཡངས་མ། །དག་སྒྲ་ཞེར་མ་དགུས་པའི་བརྟུས་གཟུགས་ཀྱི། །འབྲུལ་ཆེན་  
མདུད་བ་འདི་ན་སྤང་དོར་བརྒྱ། །མ་འདྲེས་གསལ་པོར་འཆར་ལ་གཟིགས་  
མོ་མཛོད། །གཤེན་ལུགས་རྒྱུ་མཆོད་དོགས་སྐྱུ་ཞུགས་པ་ང་། །སྤྲོ་ཆོགས་ལྟ་  
མོར་ནམ་མཁའི་གཏོས་སྐྱུ་ཅེ། །སྐྱུ་མའི་ཅེད་འཛོ་ལྷ་མཐའ་མེད་པ་ཡིས། །  
འགོ་ཀུན་སྤྱོད་བའི་སྒོན་ལམ་ཡུན་རིང་བྱས། །ཡབ་གཅིག་ཉི་མ་འཆར་བའི་

སྣང་བ་ཅན། །བདག་སྒྲོའི་ཡུལ་གཞིན་ཏུ་སྒྲོངས་ཤིག་དང་། །མཁའ་མཉམ་  
 མིད་པའི་མཐའ་དང་ཤེས་བྱའི་མ། །དུས་ཀྱི་ཡུན་ལ་སྒྲོ་བར་ང་མི་སེམས། །སྒོ་  
 སྣང་སྒྱུ་རེངས་དང་པོས་འབྱུལ་པའི་མཚན། །རིང་བྱས་དབྱུང་གི་སྒྲོ་མོ་བཏོད་  
 བྱས་ནའང་། །དཔེ་ངན་ཁུངས་རྒྱུན་ལ་ཆགས་ནོར་པའི་ཆ། །ཕྱ་མོ་མཆིས་གང་  
 རྗེས་སུ་འཆོས་པར་བརྩོན། །བདག་གིས་མཐོང་པའི་ཡིག་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་  
 བོ། །སྒྲིང་པོ་འདི་ཡིན་འདི་ཚུལ་རྒྱ་ཆེ་བས། །ཁུངས་ལྡན་དཔེ་ལས་འདིར་མ་  
 འདུས་པའི་དོན། །མཐོང་བ་དེ་དག་མཁས་པས་འདིར་བསྟུ་མཛོད། །བྱུག་ཤིན་  
 ཐིག་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་བྲ་ལྟས་མོ། །དེ་ཡི་དང་པོ་ཡེ་མིད་ཏུ་ཐིག་ལུགས། །  
 ཕྱོགས་ཅམ་རྣམ་དཀར་བསམ་པས་བདུས་པ་ལས། །ལེགས་བྱས་སྣང་བས་  
 འགྲོ་འདི་གསལ་གྱུར་ཅིག །མི་མཐུན་གཞོད་པའི་ཕྱོགས་ལས་རིང་དུ་བསྐྱོལ། །  
 སུན་ཆོགས་ལེགས་དགའི་རྟེན་འབྲེལ་ངང་གིས་འགྲིག །དག་སྒྲ་མེར་མ་དབྱེས་  
 པའི་བད་རྟགས་ཀྱིས། །སྟན་གསལ་བཟང་དགའི་རྒྱལ་ཁ་བསྟོད་གྱུར་ཅིག །  
 གཞུང་འདི་འཛིན་པའི་ཡིད་ལ་སྒྲ་མེར་སོགས། །དག་སྒྲ་མེར་མ་དབྱེས་པའི་  
 མཐུ་ཞུགས་ནས། །སྒྲུང་དོར་སྒྲིབ་མེད་གསལ་པའི་ཐིག་ལས་ཀྱིས། །དཀར་  
 ཕྱོགས་སྒྲིང་གི་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་གྱུར་ཅིག །འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་རྒྱུད་པའི་  
 ཆོགས་ཀུན་གཞི། །སྒྲེ་བཞིའི་དབལ་འབྱོར་དབྱུང་གི་རྒྱ་ལྡར་འབྲེལ། །གནས་  
 སྐབས་རེ་བ་ཡིད་བཞིན་གྱུབ་ནས་ཀྱང་། །མཐར་ཐུག་གཡུང་དྲུང་ཆོས་སྒྲུའི་  
 གནས་ཐོབ་ཤོག །བདག་ཀྱང་སྒྲེ་ཀུན་མངོན་ཤེས་མཐུ་ལྡན་ཞིང་། །བརྩེ་པའི་

བསམ་བསམ་གཞན་ལ་སྒྲུང་དོར་སྟོན། ལྷ་ཚོགས་སྟོན་པས་འགྲོ་ཀུན་པན་བདེར་  
སྟོར། རྩོགས་དུས་མཐའ་མིང་དུ་གནས་གྱུར་ཅིག། བོན་གཡུང་དུང་གི་ར་  
བ་མཐའ་ནས་བརྟེན། བན་བདུད་ཅིའི་ཉིང་ཁུ་བཙུང་དུ་འབྱེལ། ཚེས་དཔལ་  
འབྱོར་བདེ་སྟོན་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས། རྩོགས་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀུན་ཁྱབ་གྱུར་  
ཅིག། ཅེས་པ་འདི་ནི་མོ་དབྱུད་ཀུན་ལས་མཚོག་ཏུ་གྱུར་བ་བཙུ་ཐིག་གི་སྟོལ་ཙམ་གནང་པའི་  
དུས་ནས་ཕྱིགས་ཀུན་ཏུ་དར་ནའང་། ཡིག་ཆ་མང་ཞིང་འཕོར་བུར་གནས་པས་མོ་མའི་རིགས་  
ལ་པན་དཀའ་བར་མཐོང་ནས་གཅིག་ཏུ་བསྡུ་བའི་འདུན་པ་སྟན་མེད་པ་ལས། དུས་ཕྱིས་  
མཁས་བ་མཉུ་ཤོད་ཀྱི་ཤས་ཡིག་ཚོགས་བསྡུ་བ་སྟོགས་བཙུན་པ་བསྟེན་དེ་བསྐུལ་མ་མཛད་པའི་  
རྒྱུན་བྱས་ནས། དབྱུད་དོན་སྒྲུ་མ་གསེར་འབུམ། གཏེར་མོ་རིག་པའི་ཁོག་བ་སྟོང་། བྲམ་ཟེ་གོང་  
རུམ། བྲམ་ཟེ་ཀྱུ་ཡི་ཤེར་ནག་མ་སང་འཁོར་ལོ་མདོ་ཆེན། འཕུག་པའི་སྟོང་ཐུན་དམར་མོ། །  
ནད་མོ་རིག་པའི་མདོ་བདུན། ཉི་ཚང་གཡུ་སྟོན་གྱི་མན་དག རུ་ཐིག་མིང་པའི་རྒྱུད་འབུམ། ཁོག་  
ཆེན་འབུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ། སྤྱིང་བཞི་ཉི་མ་འཁོར་ཅིས། སྟན་རྒྱུད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར། སྟན་རྒྱུད་དང་  
ལྷ་མིག་སྟོང་། མ་སང་ཐིག་རང་སྟུ། མོ་ལྷ་མིང་པའི་གཞི་འབུམ། མགོན་མོ་གསང་བ་ལྷ་གཅིག་  
མོ་མཚོ་མིང་པའི་བྲག་ནས། དག་ལྷ་གསང་བ་ཡང་ཁུག་སམོ་གསེར་གྱི་ཡང་སྟོང་དང་། གཞན་  
ཡང་བདར་གྱི་རིགས་ཡིག་རྟིང་དུ་མ་བཅས་དང་། མཐུད་ཚྗོང་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ཞེས་པ་མཐུད་  
ཚྗོང་ཉེར་ལྷའི་ཉིང་ཁུ་དང་། གྲང་ལ་དབྱུད་ཀར་མཁས་པས་བཀོད་པའི་མཐུད་ཚྗོང་ཁྲོ་མོ་གཞུང་  
ཁལ་ཞེས་པ་དང་། ཀྱུང་དབྱུད་གསལ་པའི་མེ་ལོང་མཐུག་དོན་དར་བཅས་པ། མཐུད་ཚྗོང་ཁྲོ་  
མོ་གཞུང་འབྲེལ་ལས་གཏོད་དབྱུད་དཀར་ནག་ཁྲག་སྐུམ་བསྟན་པ་ལ་སྟོགས་པ་མཐུད་ཚྗོང་དང་།  
དབྱུད་གྱི་ལྷ་ཚོན་སྟོན་ཚོགས་བཀོད་པའི་ཡིག་སྟུ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་དང་། ཡང་ཡིག་རྟིང་དུ་མའི་དོན་  
བསྐུས་ནས་འབར་གཙུང་བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་མཐུད་ཚྗོང་རྩོམ་གསང་པའི་ཐ་རམ་  
དང་། ཁོག་དབྱུང་ཁྱུང་ཆེན་ལྷེང་བ། ཞང་ཞུང་གི་མོ་ཡིག་པོད་བཙུབ་དུན་ཙམ་གཞིགས་ཤིང་།



བརྩམ་པ་རྒྱུད་ཆེན་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་མོ་ཡིག་རྫོང་པོ་མཁན་སྒོ་བཟང་མདོ་རྒྱུད་  
 གྱིས་སྒྱུར་བ་སོགས། མདོར་ན་བརྩ་ཐིག་གི་ཡིག་ཆ་པོ་ད་ཆེ་བ་བརྩ་གཅིག་གི་གྲངས་ལག་ཏུ་སོན་  
 བ་རྒྱམས་ལ་བརྟེན་ནས། དེ་དག་གི་དོན་གྱི་སྒྲིབ་པོ་རྒྱམས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་མོ་ཡིག་རྫོང་པོ་  
 ཉེ་སྒྱུར་བ་པོ་ནི་མི་ལམ་འཇམ་དབྱེད་སྒྲུབ་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ་མདོ་མེད་རྒྱལ་གཡེད་མཁན་དེས་  
 བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཙུང་འཇགས་སྤྱོད་པ་བཞེས་སྒྲིབ་ཤིང་བྱ་ཡོད་སྟོན་ཕྱོགས་སྤྱོད་འཇགས་ཤིང་བྱས་ཤིང་།  
 ཡོད་པའི་སྒྲིབ་དུག་ལྷ་པོའི་ཉ་ལ་རྫོགས་པར་གྲུབ་པར་བགྱིས་པ་འདིས་འགོ་བཀྲ་ལ་སྒྲུབ་དོར་  
 གྱི་སྒྲུབ་པ་མཆོག་ཏུ་གསལ་བར་གྱུར་ཅིག་ འདིར་ད་སྔ་མ་རྟེན་པའི་ཡིག་ཆ། སྒྲོན་ཆེན་གསལ་བ་  
 དུག་འདུས། བཀའ་ཤིགས་མིང་པའི་རྒྱུད་འབྲུལ། བད་མོ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། བཟང་དབྱུང་སྒྲུབ་  
 པའི་ལྷུང་མིག་ རྩོད་པ་གནམ་ལྷགས་འཁོར་ལོ། ཡོད་མཆོད་མར་ནག་རྒྱལ་པོ་སྒྲིལ་དཀར།  
 རག་མོ་ཙུང་དག་སྒྲོར། རོན་མོ་ཁྱི་ཤ་ལྷག་སྒྲོར་སོགས་སྒྱིར་མོ་འདིར་ཡིག་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་པ་ཡོད་  
 བར་འདུག་པས་དེ་རིགས་རྟེན་ན། གནད་ཆེན་རྒྱམས་འདིའི་ལ་སྒྲོང་དུ་བསྐྱབ་པར་འོས་ལ། དེ་  
 ཡང་ཡིག་ཆ་སྒྲུབ་བསྐྱབ་པ་ཁ་ཅིག་ཏུ་སྤྲོད་སྒྲུབ་ལྷི་བྱར་གྱི་རིགས་ཉེར་ལྷ་སོགས་སོ་སོའི་རྟེན་ཆོན་  
 མཐའ་ཆོད་པར་མ་འབྱེད་པས། ཅོར་བ་དང་མ་ཆང་བའི་སྒྲོན་བསལ་ནས་སྒྲུ་ཞིབ་རྒྱམས་འབྲུལ་  
 མེད་ཁྱེད་སྒྲུབ་ལྷན་གྱི་དཔེ་བཞེན་གསལ་བར་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དུག་དང་སངས་ཀྱི་རིགས་ནི་  
 དཔེ་རྒྱམས་ནའང་ཆང་བར་མི་འདུག་ཅིང་། འགའ་ཞིག་ཡོད་རིགས་རྒྱམས་ཀྱང་མཐུད་རྫོང་དག་  
 པོ་མི་སྒྲུབ་ཡང་། སྒྱིར་སྟེ་ཆོན་གྱི་འགོ་ལྷགས་དང་། འདུད་པ་བྱ་ཚུལ་གྱི་ཁོག་བཀྲོལ་མེད་གྱི་  
 མ་དག་པ་ཅི་རིགས་ཡོད་པ་སྒྲུར་དཔེ་ཡིད་ཆེས་ཅན་རྟེན་བྲག་དང་སངས་ཀྱི་མཐུད་རྫོང་སྤྱོད་  
 འོགས་སྤྱོད་འབྱེད་ཤིང་ཤིང་། དབྱུང་རྒྱམས་ཀྱང་རི་ལྷར་རྟེན་པ་བསྐྱབ་པ་ལས་ཐམས་ཅད་ཆང་  
 བ་རྟེན་དཀར་འཛིང་། སྒྲུར་དོན་ཆེན་རིགས་རྟེན་ན་ལྷན་ཐབས་གྱི་ཚུལ་དུ་བྱས་ན་འགས་པར་  
 མདོར་ན། །ལན་དབྱུང་སོགས་འདུ་མཉམ་སྤྱོད་ཆོག་ཀྱང་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལས་  
 ཐམས་ཅད་བྱས་པ་ཡིག་ཆོགས་མང་བས་འཛིགས་ནས་བཞག་ལ། བཤད་ཆད་གྱི་རིགས་ནི།  
 བསྐལ་མིང་ཆགས་དགུ་འཛིག་བརྩ་ཐིག་པ་ལ་བརྩ་ཐིག་ཅིས་གཞུང་དུ་བཤད་པ་ལྟ་བུ་ལ། ཟུར་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱལ་མཆོད་གསུང་འབུམ།

ཆག་སྟེ་དུ་ཐིག་སོགས་སུ་འཕོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་བྱོད་ཚུར་ལ། སྦྱོད་ཚུར་བྱོན་འཕུར་སོགས་  
ཀྱི་ངེས་ཆོག་གི་བཤད་པ་དང་། སྒྱུ་མ་མ་ལྟ་མ་དང་། སྒྲ་ཟེ་ལྷང་ཟེ་མང་ཟེ་ལྷ་བུ་དང་། སྦྱོ་ཆོ་ལམ་  
སྦྱོ་ཆོ་ལྟ་སོགས་སུ་ལྟ་སྐད་དང་བཤད་ཆད་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ནི། རི་སྐད་དུ། སྐར་ཅིས་དེ་  
བཞིན་གྲུབ་མཐའ་དང་། །མ་ཁའ་ལྷིང་ལྷགས་དང་ལྷགས་བཟླ་བ། །དོན་གྱི་  
དེ་ཉིད་གཟུང་བྱ་ཡིན། །སྒྲ་ལ་དབྱེད་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། དོན་  
ལ་རྟོན་པའི་སྒོ་ནས་བཤད་རྣམས་ནི་ཡུལ་རང་རང་ལ་རི་ལྟར་གྲགས་པ་དང་། དོན་དང་མཐུན་པར་  
ངེས་ཆོག་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་བཤད་པ་དག་གྲང་མི་འགལ་བར་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དབྱེད་གྱི་  
རྣམ་པ་ལ་ཆད་མེད་གྲང་མོ་ཁོག་འདི་ཙམ་གྱིས་གྲང་སྟོ་གྱིས་གྱི་སྒོ་བྱས་ནས་དོན་ཡོངས་སུ་གྲུབ་  
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་ཡང་རྩོམ་པོ་རང་ཉིད་གྱིས་སྒྲས་པ་དགའོ། ། །མདྲ་ལམ། །

༥ རྒྱལ་རྣམས་ཐབས་མ་ཁས་ཐུགས་རྗེའི་རང་གཟུགས་ཕྱིར། །འགྲོ་ལ་སྤང་དོར་སྟོན་པའི་  
དམིགས་སུ་ཆེ། །ཐུག་ཤིན་ཐེག་པར་སྤང་པའི་གྲོགས་པམ་འདིས། །ཀུན་ལ་ཕན་བདེའི་དགའ་  
སྟོན་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །ཅེས་མི་ལམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་གཞུང་བཟང་ལ་ཆེད་དུ་བརྟེན་པ་  
མཐུ་སྟོ་ཁས་བྲིས་པ་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བར་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྒྲས་དང་བཅས་པས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། སུ་དྲ་ཀ་ལྷ་ཾ་རྩ་བ་ཏུ།

༥ མོ་སྟེ། འགྲོ་ལ་ལེགས་ཉེས་མ་ལུས་སྤང་བྱེད་པའི། །ཐུབ་མཆོག་བརྟན་པའི་མེ་ལོང་དྲངས་  
པ་ནི། །ལྟར་བཅས་གཞུག་གི་རྒྱན་དུ་རབ་འབར་བ། །དེ་ཡིས་རྣམ་ཀུན་བདེ་ལེགས་སྦྱེལ་གྱུར་  
ཅིག ། །མིད་པའི་འཛིགས་བཅོམ་ཞི་བའི་དཔལ་སྦྱིན་པ། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྒྲས་རྣམ་ཐར་ཁོ་  
ན་སྟེ། །འཇམ་མའི་གླིང་ན་འབབ་པའི་རྩ་གྲུང་ཀུན། །མདྲོས་གྲུ་ཡི་དབང་པོ་ལས་བྱུང་བཞིན། །  
སྤང་དང་ཐུན་བཞིན་སྤང་དོར་མ་ཞོར་དང་། །ལོག་པའི་མཐུ་ལས་འདི་དང་གཞན་དག་གི། །བདེ་  
དང་སྦྱག་བསྡུལ་མ་ལུས་འཕྱུང་ན་ཡང་། །རྒྱལ་དེ་སྟེ་པོ་རྣམས་ལ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར། ། ༥ །འདི་ན་སྒྲོག་  
གྱུར་གནས་ལ་མདོན་སྒྲུབ་བཞིན། །མདོར་གསལ་བར་འཆར་པའི་འབྱུང་གྱི་སྟོ། །འདི་ཀོ་རྒྱལ་

བའི་ཐབས་མཁས་མཁའིན་ན། གཞན་དུ་བདེ་ལེགས་ལམ་བཟང་ཇི་ཉར་སྟོན། ༤ །འགྲོ་ལ་  
 བན་བདེ་བྱེད་པ་འདི་འདྲ་བ། རྒྱལ་བའི་སྐུ་རྒྱུ་མཁས་འཇུག་པའི་གནས་མིན་ན། །འདི་ལས་  
 གཞན་དུ་བྱེད་སེམས་རྒྱུ་མིན། །སྟོད་པ་དམ་པ་བཙལ་ཀྱང་རྟེན་པར་དགལ། ༥ །དེ་བྱིར་ལྷ་  
 གཤེན་ཐེག་པ་ལས་འོངས་པ། །སྒྲིག་གྱུར་སྒྲུང་དོར་ལྷ་བའི་ཡང་དག་མིག །མདུད་པ་བྱེ་བ་སྟོང་  
 གི་ཚུལ་དུ་ནི། །འབྲུལ་གྱི་རྩ་ཐིག་འབྲུལ་གྱི་སྒྲིལ་བུས་བསྟན། ༦ །སྒྲིག་ས་མའི་སྟོན་གྱིས་འོང་  
 བས་གཞུགས་བཞིན་ཏུ། །སྒྲིག་གྱུར་འཆད་པས་བསྐྱེད་བདུད་གྱི་ཕྱོགས། །འིང་དུ་བསྐྱེད་ས་  
 བས་མཁས་པ་འཇུག་པའི་སྟོ། །འདི་ལ་རྒྱལ་བའི་སྐུ་རྒྱུ་མཁས་འཇུག་པར་འོས། ༧ །དེ་སྒྲུང་ཚུལ་  
 འདི་སྟོན་བའི་གཞུང་མང་པོའི། །ལེགས་བཤད་ཚུ་གྲུང་མ་ལུས་གཅིག་འདྲེས་པ། །ཅུམ་དབྱེད་  
 དཔལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནི། །དང་སང་འདི་ན་སྒྲིགས་བམ་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུང། ༨ །འདི་ནི་སྒྲིལ་བས་  
 ཐོབ་དང་སྟོར་བྱུང་གིས། །རང་གཞན་གྱུ་བ་མཐའི་པ་ལོ་ཕྱོན་ནས་ཀྱང། །འཇམ་དབྱངས་གཞོན་  
 ལུ་སྟིང་དབུས་ཁྱག་པའི་གཏམ། །འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་མ་གང་གི་སྟོ་གྲོས་མཐུ། ༩ །འདི་ལ་སྒྲིག་  
 གྱུར་གཅིགས་པའི་སྒྱུ་རྩལ་ཅན། །རྒྱུས་ཀྱང་བསྐྱེད་ས་པའི་མེད་ཀྱི་འཐོར་བྱེད་པས། །ད་ནི་  
 སྒྲུང་དོར་ཇི་བཞིན་མཐོང་བའི་ལམ། །འདི་རུམ་ཁས་རྒྱུ་མཁས་སྟིང་ནས་འཇུག་པར་རིགས། ༡༠ །  
 དེ་བྱིར་འགྲོ་ལ་གཅིག་ཏུ་ཡན་བཞེད་པ། །ལྷ་རིགས་དྲང་སྟོང་ཆེན་པོའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ལས། །  
 ཀུན་པན་འོད་སྒྲུང་འབྲུམ་ཐག་སྟོང་བའི། །སྒྲིགས་བམ་རྒྱ་བ་གཞོན་ལུའི་འཕྲི་ཤིང་གྱུ་བ། ༡༡ །  
 དེ་ལས་བྱུང་བའི་དགོ་བས་འགྲོ་བའི་ལམས། །ནམ་མཁའ་ལུ་ཁྱུང་ཡངས་པོས་བསྐྱོར་བན། །  
 ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྒྱུང་བས་རྒྱ་བ་ཀུན། །སྟོན་ཅི་ལོག་པའི་གཡང་ལས་ཐར་བར་ཤོག ༡༢ །  
 ཆོས་ཀུན་མཐོང་བའི་མིག་དཀྱུས་འིང་པོ་ལེགས་བཤད་སྒྲུང་མས་སྒྲུར་ཡང་དབྱེ། །ཡང་དག་ལམ་  
 ལ་དེས་པར་འཇུག་པའི་སྟིང་སྟོང་བས་བཟང་པོ་མ་སྒྲུང་བན། །གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་ཡན་  
 བདེའི་གོང་ཁྱེད་སྟིང་པའི་འབྲུང་གནས་དབུས་སུ་བརྟོལ། །དགོ་ལེགས་དཔལ་གྱིས་འགྲོ་ཀུན་  
 དགོ་བའི་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་དུ་འབར་གྱུར་ཅིག ༡༣ །ཅིས་པའི་སྒྲུང་བྱུང་ལུ་འདི་ཡང་གཞན་  
 ཡན་ཐུགས་བསྐྱེད་གྱི་ལོ་ཆས་དང་འཕྲོར་ཆོགས་བསགས་ཅན་རྒྱུས་གྱིས་སྒྲུར་དུ་བསྐྱེད་པར་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱུ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

མཛད་པ་ན། དམ་པ་འགའི་བཀའ་ལུང་གྱི་པོར་ལེབས་པ་གྲུས་པས་མཛོད་དེ། འགོ་ལ་སྒྲུབ་པའི་  
བསམ་པ་ཡིད་སྒྲོན་དུ་འཆང་བ་བརྗེ་ལྷག་བསམ་རྒྱལ་མཛོད་གྱིས་བྲིས་པ་དག་ལེགས་འཕེལ། །

༡༡། རྫོ་མཐོང་མོ་ལྷའི་རྒྱལ་  
པོ་བཞུགས།

རྫོ་མཐོང་མོ་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །འདིར་ཞང་ཞུང་འཕྱལ་གྱི་བཅུ་  
ཐེག་ཆེན་པོ་བརྟག་པར་བྱ་བ་ལ། ལས་ཀྱི་རིམ་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་འབྲི་  
ན། དང་པོ་རྟེན་བཅུ་ཐེག་བཅའ་ཚུལ་ནི། ལུག་གཡང་མོ་ཁྱུ་བརྒྱ་མཆོམོ་དལ་  
ཆེན་གྱི་འགམ་དུ་བསྐྱོར་ནས། ལུག་ཆེ་བ་ཐོད་དཀར་བོང་མིག་ལ་དར་གྱིས་  
བརྒྱན་པར་བྱས་ནས་གུན་དུ་བཏང་། ཁྱི་སེམ་ལལ་ནག་ལ་བསྒྲོག་གཏོ་བཀའ་  
ནས་ཐུར་དུ་བཏང་། བག་པོ་སྦྱི་དཀར་ལ་རྩ་དར་དཔུང་རྒྱན་བྱས་ནས་ལྷ་དང་  
སྤང་མ་ལ་འབུལ། རྒྱ་རྩ་བཞིན་བཟང་དང་། དམར་རྩ་མཆོལ་ལ། སྒྲོན་པོ་  
ལྷགས་ལ། ཀ་བ་བོང་མིག་དང་བཞི་མགོ་ན་ར་ཕྱགས་པ་མིག་དང་དབང་པོ་  
མ་ཉམས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྐག་བལ་གཡས་གཡོན་ནས་འདབ་མ་གསུམ་གསུམ་  
སྤང་བའི་བལ་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ། དེ་ཡི་ནང་དུ་བསྐྱེ་རྒྱ། ར་དཀར་མོའི་ཨག་  
ཆོམ། དྲེད་མོང་གི་རྩ་བའི་སྤ། དེ་སྤང་གི་ར་ལྷགས། འབྲོང་གི་ཅིད་པ། ལྷག་  
གཟིག་གི་སྤ། དུ་ཆོད་ཐང་དཀར་གྱི་ལྷག་སྤ། ལུང་སྤི་ར་མང་གི་དཔུང་ཅིད།  
རྩ་མཆོག་མཆོལ་ལུང་རྩོག་མ། དེ་སྤང་སྒྲོན་མོས་བསད་པའི་ལུག་གི་སྐག་བལ་

བཅུ་གསུམ་དང་བཅས་པ། ལུ་མོ་པ་མ་འདྲོམ་པ་གསུམ་གྱིས། དུས་ཆོས་  
 བཟང་པོར་སྤྲོད་གསུམ་ལ་སྤྲོད་པ་ཀལ་བྱས། ཕྱི་དྲོ་གསུམ་ལ་ཕྱིར་འཁེལ་བྱས།  
 ཉིན་གྲུང་གསུམ་ལ་བཞི་སྒྲིལ་བྱས་ཏེ། བར་རྒྱ་བརྒྱད་ཕྱི་རྒྱ་བཞི་ཡོད་པ། སྒྲོམ་  
 བ་བྱ་ཆོད་ཀྱི་སྤྲལ་པ། སྤྲ་ན་ཨ་བ་ཐོང་གི་རྒྱུ་མ་ཙམ་པ་ཐིག་གྲུ་ལྷ་ནི་རིང་བྱང་  
 ལྟོད་པ། མོ་རྟ་འདྲོམ་གསུམ་མམ་འདྲོམ་གང་པ། མོ་སེའི་ཕེ་མོར་ཁ་བུན་  
 མཛུབ་གང་བ་དར་སྐྱད་དམ་རས་སྐྱད་དམ་མ་འབྱོར་ན་བལ་སྐྱད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 རུང་སྟེ། གངས་བརྒྱད་དམ། ཡང་ན་སྤྲལ་བྱ་ཡོད་པ་བྱས་པ། མོ་རྟའི་ལྟོད་འུ་  
 མཚམས་སུ་ཤེས་བཞི་མཚོན་བྱེད་ཁ་བུན་བཞི་བཏགས་པ། དེར་དབུལ་དཀར་  
 མེ་ལོང་བཏགས། ཁ་བུན་ཐམས་ཅད་སྒྲོན་པོ་ཆེག་རྒྱང་དམ། དཀར་སེར་  
 དམར་ལྗང་སྒྲོན་གཤམ་གྱི་མདོག་སོ་སོར་བྱས་ཀྱང་རུང་། ཁབ་ཚུབ་བདུན་བརྒྱ་  
 ཉི་ཤུ་བཏབ་པ། ཁ་བུན་མཐོ་བརྒྱད་བྱ་ཆོད་ཀྱི་སྤྲལ་རིས་སུ་བཏགས་པའམ།  
 མཛེས་ཆོས་སུ་ཆར་ལེའི་རྣམ་པར་སྐྱེ་དཀྱིས་དང་། ཁ་བུན་གྱི་གོང་དུ་ཁ་དོག་  
 ལྷ་པའི་དཀྱིས་སོགས་མཛེས་ཆོས་མཐོང་བརྒྱད་ལྟར་བྱ་ཞིང་། ཕྱི་ནང་གསལ་  
 བའི་ཤེལ་དཀར། ལྷག་པའི་སྐུ་ལྷ། ལྷག་རས་གཟིག་རས་གཡི་དཀར་དང་  
 གསལ་ལེ་སེན་མོ། ལྷག་གི་ཕྱི་སྟེར། ལྷག་གཟིག་གི་སྟེར་མོ་རྣམས་དང་། རིན་  
 ཆེན་སྒྲ་ལྷ། གཡུ་བྱེར་དུང་སོགས་སྒྲོན་མ་རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱང་། ཤེས་  
 མཐོང་རྣམས་སུ་ཅི་རིགས་པར་གདགས། གཞན་ཡང་མགོན་ཡག་གི་སོ་སེན་  
 དང་། བཀྲ་ཤིས་པའི་རྩལ་སོགས་ཅི་རིགས་དང་དར་སྐྱ་སོགས་བཏགས་པར་

བྱ་ཞིང་། བགེགས་བསྐྱད་དུག་ཕྱུང་བྱས་བསང་བྱས་ལ། ལེར་མའི་རྟེན་དུ་  
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

༥ དེ་ལྟར་བསྐྱབས་པའི་རུ་ཐིག་དེས། རྣོ་མཐོང་བརྟག་པའི་དུས་སྐུ། གནས་  
གཙང་མར་ལེབ་ཕྱིང་དཀར་པོའི་སྟེང་ནས་ཀྱི་གཡུང་དུང་བཀོད་པར། འབྲུག་  
ཁྱུང་སེང་གསུམ་གྱིས་པའི་ལྟ་གདན་ལ། མདའ་དར་ལ་གཡུང་དང་ཤེལ་རྩོམ་  
ཆེན་སྒྲ་ཆོག་ས་ལུ་ལེར་སོགས་ཀྱི་གྱིས་སྐྱུ་དང་མེ་ལོང་བརྟགས་པ་བཤམ། མོ་  
ཆས་རྣམས་ཀྱང་དེར་བཤམ། འོ་ལ་སྒྲོམ་གྱི་བྱེ་མར། དཀར་མོ་ལག་གཡས།  
འོ་ཆང་བསྐྱས་པའི་སྒྲུམས་ལུད། དམོད་ནས། བསང་སོགས་མཆོད་བཙི་འཕྱོར་  
འདུ་བྱ། རྒྱས་པར་ཅུ་གསུམ་གཏོར་མ་དང་། རྣམ་ལུ་བདུད་ཅི་སོགས་ཀྱང་  
བཤམ། མར་གཞི་ནག་པོར། འདྲེ་ཐིན་བྱུར་གསུམ་དང་། ངམ་རྩེ་རྩོལ་པོ།  
ཉ་རིང་ཁྲག་མིག་ལུ་མཆོན་བྱེད། རྩོགས་བཞིར་དབུས་ལུར་མི་གཞུགས་ལུ་འམ་  
བཤོས་ལུ་འམ་འབྲུ་ནག་ཆོམ་ལུ་རེ་བཞག། ཐུག་དམར་ལུ་དགུ་ལ་ངར་མི་  
དགུ་འམ་རྩེལ་ནག་དགུ། བྱི་རིམ་གོ་པོ་མིག་དམར། བྱི་བ་ལག་སེར། སོལ་  
པ་ནག་པོ། སོ་རོག་སོལ་ཁ། སྐྱང་གི་ཁ་ནག་རི་བོང་། བྱ་ནག་རྩེལ་ནག་  
ཁྱི་ནག་ལྷགས་མགོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུགས་བྱང་ངམ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་དུ། ཆང་  
ལུ། ཤ་རུས། རམ་པ། ར་ལོ་སོགས་མི་ཁའི་ཡས་རྩེས་སྒྲ་ཆོག་ས་བཞག་གོ།  
དེ་ནས་དང་པོ་བགེགས་བསྐྱད་པ་ནི། ཀྱེ། སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཐུགས་རྩེ་ཡིས།  
དེད་སྒྲེས་མཆོག་སྟིད་པའི་བོན་པོ་རྣམས། །ཐུག་ཤེན་བོན་ཀྱི་སྟོར་ཞུགས་ནས།

ལྷ་གཞི་རིན་ཆེན་སྟེང་གེད་ནས། མོ་སྤ་བཟང་བན་ལྷ་བ་ལ། བར་དུ་གཙོང་  
 བའི་བདུད་བགོགས་ཀྱི། གནས་འདིར་མ་འདུག་གཞན་དེངས། གལ་  
 ཉེ་མི་འགོ་འདུག་གྱུར་ན། བདག་ཉིད་མགོན་པོ་རྣམ་གསུམ་དང་། སྤུ་མེར་  
 མཆེད་གསུམ་སྤུལ་བ་ལས། འཕྲུལ་གྱི་དུ་ཐིག་གྲོག་ལྟར་འབྱ། ཁ་བུན་རྩོ་  
 དབལ་མེ་ལྟར་འཕར། མོ་མདའ་དྲག་ཆེན་ཐོག་ལྟར་འབེན། བར་དུ་གཙོང་  
 བའི་བདུད་བགོགས་དང་། ཐིག་བལོ་རྒྱུན་དུལ་དུ་རྫོགས། མོ་ཡི་དམུག་བར་  
 བ་ཐལ་བ་དུལ་དུ་བརྒྱག་པའི་ཐིན་ལས་མཛོད་ཅིག བསྐྱེ་མོ་ཡུ་ཏ་དུ་ཉི་ཕའ་  
 བག་བག་དུལ་དུལ་ནན་ནན། ཞེས་བཛོད་དུ་ཐིག་གི་བྱ་སྤྲུག་སྟེར་མོ་སོགས་  
 སྤྲུགས་བཞེར་བྱུར་རོ། དེ་ནས་མཆོམས་བཅད་པ། དེ་རིང་སྤུལ་བ་དུ་ཐིག་  
 གི་མོ་འདི་ལ་བཟང་མཐོང་བན་དུ་བསྟན་པ། བན་མཐོང་བཟང་དུ་སྟོན་པ། དག་  
 རོ་དྲག གདོན་བྱིངས་ཆེན། ཐིག་བལོ་རྒྱུན་རྣམས་མཆོམས་ཆོད་ཅིག སྟེང་  
 འོག་སྤྲུགས་མཆོམས་ཐམས་ཅད་སྤོ་བོ་བྱུག་མཆོན་མེ་རི་འབར་བས་མཆོམས་  
 བཅད་དེ་སྤྲང་བའི་གྱུར་ཁང་བརྟན་བར་གྱུར། མོ་དུམ་བུ་ཆལ་བ་ཐད་སྤྱ་ན།  
 བསོ་རི་རི་རི་རི་རི་རི་རི་ཕའ་དུང་ལེ་ཕའ་། དེ་ནས་དུག་སྤྲང་བ་ལ། བསོ་གིང་  
 སྤྲག་ཅན་རེག་པའི་དུག རེ་ལྷུག་སྤོ་མཐོང་བའི་དུག ཐམ་རུ་མེར་པོ་ཁ་  
 རྫངས་དུག ཐམ་སྤོམ་དཀར་མོ་སྤོམ་པའི་དུག སྤྲག་ཆེན་པོར་དག་གསོད་  
 པའི་དུག སྤུ་ཐི་མེར་ནག་དྲི་ཡི་དུག ཞལ་ཅམ་སྤོག་པ་དང་གྱི་དུག སྤུ་ཐུ་  
 སྤོ་མོ་བཟང་བའི་དུག བཅག་རྒྱ་ཉོག་མོ་རྒྱ་ཡི་དུག་སྟེ། སྤྲག་དེ་དགུས་དུག་

མར་ལ་མུད་དེ། །འདི་རྒྱད་བརྗོད་དོ། །ཀྱེ། ལྷ་གཞི་དཀར་པོའི་གོང་འདི་སྤྱ།  
 རྫོ་མཐོང་སྟོན་པའི་ལྷ་ཆོག་གསུམ་སྤྱ། །ཐུགས་དགོངས་ཤེས་ལྷ་ར་གསལ་བ་  
 ལ། །ཐུན་པའི་བཙོག་དུག་མི་མངའ་སྟེ། །མེས་མཆོག་མ་རིག་ཉན་མོངས་  
 པའི། །མེད་ཐམས་གདུག་པའི་ངན་སེམས་ལས། །གདུག་པའི་དུག་དང་བཙོག་  
 པའི་གྲིབ། །ཡི་དམ་ལྷ་དང་དག་སྤྱ་ཡིས། །མི་བཞེད་པ་ཡི་དུག་མར་མུང་། །  
 དུག་མུང་ཆག་བསལ་བ་སྟོན་འདོན་ནོ། །ཏ་ལ་ཏ་ལ་མྱ་ར་ཡ་དུག་ཤིག་ཤིག་  
 ཆོམ་ཆོམ། །ཀ་ཡ་ཀ་ཡ་མྱ་ར་ཡ་དུག་ཤིག་ཤིག་ཆོམ་ཆོམ། །ཀེ་དུ་ཀེ་དུ་མྱ་ར་  
 ཡ་དུག་ཤིག་ཤིག་ཆོམ་ཆོམ། །ཆེས་བརྒྱས་ལ་དུག་སྤྱ་རྒྱུ་ལྷ་གཞི་ལ་བསྐྱོར་  
 རྒྱུ་ལ་བསྐྱོར་ལ་གཞི་ནག་སྟེང་དུ་བོར་རོ། །དེ་ནས་ཆོན་ཐུས་བྱ་བ་ལ། །ག་བྱར་  
 གངས་ཀྱི་སྟོན། རྒྱུ་མཆོ་སྤྱ་བ་རྒྱུ་ཡི་སྟོན། བྱར་བྱམ་སེར་བོ་སྤྱང་གི་སྟོན། ཅོང་  
 བེ་དོའི་སྟོན། བྱག་ཐུན་བྱག་གི་སྟོན། སྤྱ་ཅི་ནགས་ཀྱི་སྟོན། བི་མོ་སྤྱང་བོའི་  
 སྟོན། ཉི་མའི་གངས་དང་མ་ཡམ་གྱི་མཆོ་དང་བཙས་པ་དཔུལ་སྟོགས་ནང་སྤྱག་  
 པ་ཆོན་ཐུས་ཀྱི་རྒྱས་ཡིན་ལ། དེ་ལྷ་བྱ་གོང་མོའི་གཤོག་གཤོག་ཀྱིས་གཏོར་  
 བས། །འདི་རྒྱད་བྱའོ། །གང་ཞིག་སྤྱོ་བྱར་དྲོག་བཙས་དྲིམ་རྒྱུས། །ནམ་མཁའི་  
 དོགས་ལྷ་ར་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །འོད་དཀར་ཆོན་ཐུས་འདྲིན་པའི་ལྷ་  
 མོ་ཡིས། །ཐུས་གསོལ་དག་ཆང་ཁ་བཤལ་ཆངས་བར་བཞུད། །སྟོ་གསུམ་  
 སྤྱིབ་པ་མ་ལུས་དག་གྱུར་ཅིག། བསོ། དང་གི་གཅོང་མའི་གནས་འདི་སྤྱ། །  
 མོ་བྱ་བཟང་ངན་ལྷ་བ་ལ། །རྒྱས་དང་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་དང་། །ལྷ་གཤེན་



བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ལ། །མི་གཙང་དྲི་མ་མི་མངའ་ཡང་། །གཙང་ཆབ་  
 ལྷས་ཀྱི་བདུད་ཅི་འདིས། །བག་ཆགས་སྒྲིབ་བྱུང་གྱུར་ཅིག །ཨོྫ་ཤུལ་  
 གཙང་སལ་ལེ་སང་དེ་ཡེ་སྒྲ་དྲ། །ཞེས་ལྷས་བྱའོ། །དེ་ནས་བསང་བྱ་བ་ལ། །ཨ་  
 གྲོང་དཀར་པོ་གངས་ཀྱི་ཅི། །སྒོ་ལོ་གཡའ་ཡི་ཅི། །ཨ་བ་བྲག་གི་ཅི། །སྒྲ་བ་ཐོད་  
 དཀར་སྒངས་ཀྱི་ཅི། །སྒྲོ་མོ་དྲི་ཞིམ་ཇ་ཡི་ཅི། །མ་ཐན་བ་གསེར་ལོ་གད་བའི་  
 ཅི། །ཤུག་བ་གཡུ་ལོ་ཉིན་ཀྱི་ཅི། །བ་ལུ་དཀར་པོ་སྒྲིབ་ཀྱི་ཅི། །ཅན་ཅན་སྒྲག་པོ་  
 བགས་ཀྱི་ཅི་སྟེ་ཅི་དགུ་སྒྱུར་ལ་བསང་བྱ་ཞིང་འདི་སྒྲ་དོ། །སྒྲོན་རྣམས་མ་  
 ལུས་སྒོ་བྱུར་དྲི་མ་ཅན། །ལས་དང་བག་ཆགས་འཁོར་བའི་སྒྲག་བསྐྱེད་རྣམས། །  
 བསང་གིས་དག་པར་བྱེད་པའི་ལྷ་མོ་ཡིས། །གསེར་གྱི་སྒྲོས་ཁང་དྲི་དང་འཕྱུར་  
 བ་འཛིན། །རྣམ་ཐར་གཙང་མའི་ལས་ལ་དེས་པར་མཛོད། །བསང་དོ། །ཡབ་  
 ལྷ་དཔལ་ཆེན་གཤེད་བསང་། །ལྷ་མོ་ཐུ་ཏིང་ཅ་མེད་བསང་། །དག་སྒྲ་དཀྱུ་  
 ཆེན་ཐུ་མེར་བསང་། །རྒྱ་འཕྱུལ་ཀྱི་བྱི་མང་གེ་བསང་། །ཡུམ་གཅིག་ཆང་ཏང་  
 རྒྱལ་མོ་བསང་། །སྤིང་གཅིག་ཏིང་ནམ་རྒྱལ་མོ་བསང་། །ལྷ་མ་གཅིག་ལི་ཐུན་  
 ལིན་བརྒྱད་བསང་། །དཔའ་པོ་གུད་ཀྱི་བྱེད་བཞི་བསང་། །པ་ཐུས་རིགས་ཀྱི་  
 བརྒྱད་གསས་བསང་། །སྒྲོ་བ་དཔོན་གཉན་གྱི་དྲིན་གསས་བསང་། །སྒྲ་རི་  
 གངས་དཀར་ཏི་སེ་བསང་། །སྒྲ་མཆོ་མ་པམ་གཡུ་མཆོ་བསང་། །སྒྲུལ་བ་སྒྲུལ་  
 བརྒྱ་དུག་ཅུ་བསང་། །རྣལ་འབྱོར་བདག་གི་སྒྱུང་མ་བསང་། །རྫོ་མཐོང་སྟོན་  
 པའི་འབྲག་ལྷ་བསང་། །གར་འདུག་ཡུལ་ལྷ་གཉན་པོ་བསང་། །ཁ་ཟ་འབྱེད་

པའི་ཞལ་ལྷེ་བསང་། །བསང་དོ་ལྷ་ཆོག་ས་དག་ཤུང་ཅིག །ཅིས་བྱས་ལ་བསང་  
བྱ། ཏུག་ཤུང་ཆོན་བྱས་བསང་འདི་ནམས་མི་ལམ་བརྟག་བ་དང་མོ་དང་བུ་ཡི་  
རིགས་གང་ལའང་ཤིན་ཏུ་གཅིས་སོ། །དེ་ནས་སྒྲིབ་བ་ཕྱེ་ཞིང་བསལ་བ་ནི།  
བསོ། རྣེ་མཐོང་མོ་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་ནམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མཁུན་པའི་འོད་ཟེར་དང་།  
རིན་ཆེན་རྫོན་མ་འབར་བའི་འོད་ཀྱིས། མོ་འདིའི་མི་མཐོང་བའི་དཔྱད་པ་དང་  
གཤམ་རྒྱུང་བན་བ་ཐམས་ཅད་ལུང་དུ་གསོལ། གཅིག་གཉིས་གསུམ་རྒྱུགས་  
པས་བརྩ་ཐིག་གི་རྒྱལ་བ་དེངས། གཅིག་གཉིས་གསུམ་དུ་རྒྱུགས་པས་བརྩ་  
ཐིག་གི་འཐིབ་བ་སང་། ཤེལ་བས་གསལ། མཆོང་བས་དམར། གཡུ་བས་  
སྟོ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྫོན་མ་བཀྲལ་གོ། །ཤལ་བ་གཡས་གཡོན་དུ་བདབ་པོ། །  
ཐང་གསུམ་ལྷུང་ལ་གཡུག་གོ། །མོ་དཔྱད་གཤམ་ཀྱིས་མ་ཁོན། རྩ་ཐིག་འདྲེ་སྤོན་  
ཀྱིས་མ་ཁོངས། ལྷའི་བདེན་ཆོག་ལ་བརྟུང་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་མ་བྱེད། འདྲེ་གདོན་  
ཀྱིས་སྒྲིབ་གཡོགས་མ་འདྲུད། སྤོན་པོས་སྒྲོ་མདའ་མ་རྟེག མ་སང་གི་འབྱུལ་  
མདུད་མ་ཉམས། ཐེ་གའི་ལེ་ཡོག་མ་ཁུར། བརྩ་ཐིག་ཤར་བ་རྒྱ་དུག་འདི་ཡི་  
འབྱུང་ཁུངས་ལྷ་ལུག་ཉམ་རྒྱུད་གི་རིང་ལ་རྩ་བན་ཟོས་བ། རྩ་བན་འབྱུངས་པ་  
སོགས་ཀྱི་གྲིབ་དང་། མོ་ཆས་ལ་དམེ་བསྟོལ་འགོ་མ་ལུག་མི་གཅོང་བ་ཐོག་  
པའི་གྲིབ་དང་། ལ་ཁ་བས་ཆོད་བ། ལུང་བཅོས་ཆོད་བ། བར་སྤྱང་རྒྱག་པས་  
ཆོད་བ། རྣེ་ལམ་རྩལ་གྱིས་ཆོད་བ། གནམ་ལ་གོ་བོ་མིག་དམར་གྱི་གྲིབ། ས་  
ལ་བྱི་བ་ལག་སེར་གྱི་གྲིབ། ཉི་མ་གུང་གི་གྲིབ། ལུན་པ་ཆོད་རྩུབ་ཀྱི་གྲིབ། ལྷར་

མ་ཉ་ཡི་གི་བ། བྱི་བའི་ཉི་མའི་གི་བ། ཆོས་དགུ་གསུམ་གྱི་གི་བ། ལྷ་བ་ཉ་ཡི་  
གི་བ་ལ་སོགས་ཕྱོགས་དུས་ཡོ་བྱད་མི་རུང་བའི་དབང་གིས་མོ་སྒྲོང་བ་བཞིན་  
དུ་མི་འབབ་མི་ཐིག་བའི་གི་བ་ཐམས་ཅད་དང་། སྤྱོད་མ་ཕྱིས་མ་བདར་བས།  
ཕྱི་དྲོ་རང་གི་རང་གིས་མ་ཆོར་བའི་གཤམ་སྒྲུང་ལྟ་གས་འཐིབ་དམུ་གཤམ་ཅི་ཡོད་  
བ་ཐམས་ཅད་རྩ་བའི་མཁའ་གོང་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་འདིས། དགའ་ཁ་དག་  
གདོན་དོད་ཀྱི་སྤྱི་བ་མོ་རྒྱུན་རམ་ཁམས་བདུད་ཀྱི་མགོ་ལ་མར་གཟར་རོ། །  
ཞེས་བརྗོད་ལ། རྩ་འཇག་མ་གཅིག་དང་། བའི་མགའ་བ་ཁ་ནག་ མཁའ་  
གོང་སྤྱོད་ཅན། སྒྲུ་མ་མཁའ་བ། ཐང་ལུ་རྣམས་ལ་མཆིལ་མས་བྱུ་ཡིས་བཏབ་  
ལ་མར་བཞེད་ལྟོང་དུ་བོར་བར་བྱུང་། །

དེ་ནས་སྤྱིང་གེར་བྱི་ཞིང་མོ་ལྟ་སྤྱོད་འདྲེན་བ་ལ། བསང་བཏང་མདའ་དར་  
ཐོགས་ལ་འདི་རྒྱད་དོ། ། གྱེ། དེ་མིང་སྤྱིང་བའི་ཁྱི་གཤུགས་ལ། གནམ་ལ་ཉི་  
མ་ལྷུང་བཟང་། ས་ལ་དུས་ཆོད་བག་དྲོ། གཟའ་རྒྱར་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཞིང་  
གིས་དུས་འདིར། བདག་ཅག་རྒྱུད་ཀྱི་བོན་པོས། རིགས་ཀྱི་ལྟ་བདར། ལུང་  
གི་སྤྱིང་གེར་རོ། ། ད་སྤྱིང་བ་རྒྱུད་ནས་འཕྱུང་བ་ཡི། ཆོ་མཐོང་མོ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་  
སྟེ། །ལུ་ཆེར་རྒྱལ་པོ་མཆོད་དེ་གསུམ། སྤྱིང་མོ་ཅ་མེན་མཆོད་གསུམ་དང་། །  
ལུ་ལམ་དང་ཀར་དེ་དང་བདུན། །མདུན་ལྟ་སྤྱོད་བརྒྱ་དུག་ཅུ་དེ། །སྤྱོད་ལྟ་  
གཤེན་ལེགས་རྒྱལ་ཐང་པོ་ཡིས། །རི་ལྟར་མཆོད་ཅིང་བསྟེན་བ་ལྟར། །དེ་མིང་  
མཆོད་ཅིང་ངས་བསྟེན་ན། །ཆོ་མོ་ཡོན་གཉན་པོ་ལྟ་ཏུ་བཞེས། །ཆོ་མཐོང་སྟོན་

པའི་བྱ་ར་མཛོད། །དེ་འོག་རྒྱུད་ནས་རྒྱུད་དུ་བསྟེན། །ཀུན་མཁྱེན་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་  
པོ་དང་། །ཡེ་མཁྱེན་མཛོད་ཤེས་རྒྱལ་པོ་དང་། །ཀུན་རིགས་འབྲུལ་གྱི་རྒྱལ་  
མ་དང་། །སྐལ་ལྷན་ཡིད་བཞིན་ཐང་པོ་ཡིས། །རི་ལྷ་ར་མཚོད་ཅིང་བསྟེན་པ་  
ལྷ་ར། །དེ་རིང་མཚོད་ཅིང་ངས་བསྟེན་ན། །ཁྱོ་མོ་ཡོན་གཉན་པོ་བྱུག་དུ་བཞེས། །  
ཁོ་མཐོང་སྟོན་པའི་བྱ་ར་མཛོད། །ད་སྟིང་པ་དེ་རིང་ལུག་ལ་རིང་། །ལུག་ལྷ་བ་  
བལ་ཆེན་གྱི་སོག་བལ་ལ། །བཅུ་གིག་ཤར་པ་སྒྱུ་དུག་བྱུང་། །དེ་མ་ཆགས་  
འཕུར་ཏེ་སོང་བ་ལས། །དཔག་བསམ་ཤིང་གི་ཅེ་མོན། །སྤྱི་རྗེ་བྱུང་གི་རུ་ལ་  
བབས། །དེར་ཡང་མ་ཆགས་འཕུར་ཏེ་སོང་། །རི་བདུན་ཁ་བྱིར་བར་མ་ཡི། །  
བ་བཅུན་འབྲུལ་མའི་སྟེང་དུ་བབས། །དེར་ཡང་མ་ཆགས་འཕུར་ཏེ་སོང་། །  
དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ཡི། །མ་རྒྱ་རུས་སྤལ་སྟེང་དུ་བབས། །དེར་ཡང་  
མ་ཆགས་འཕུར་ཏེ་སོང་། །ཡོད་རི་དེལ་དཀར་ཅེ་མོན། །གཡང་ལྷ་བ་བལ་  
ཆེན་གྱི་སྟེང་དུ་བབས། །མདུད་མགོ་དུག་ལ་མཁར་དུག་བཅས། །ཡེ་རྗེ་སྟོན་  
བས་མིང་བཏགས་པ། །དིང་དིང་སྤྱང་བ་གུར་ཆེན་ཞེས། །དེ་ལྷ་གཞི་དཀར་  
པའི་སྟེང་དུ་བཏགས། །ཀུན་ཤེས་བྱོང་མཁན་གྱི་དབང་བཟུང་ནས། །ཕྱུ་  
གཡང་དཀར་གྱི་དབྱུང་བཏབ་པས། །ད་བསྐལ་སྟིང་ཆགས་གནས་འཛིག་  
སྟོང་དང་། །ཆོ་རབས་སྒྲ་བྱིད་ལྷ་དང་། །འབྱུང་བ་དུས་གྱི་འགྱུར་ལྡོག་དང་། །  
སྟོན་ཡོན་ལེགས་ཉེས་ཆོ་ཆོད་དང་། །སྟིང་བ་རྩ་དཀར་འཕེལ་འགྲིབ་དང་། །  
ན་གྱི་དུར་གསུམ་གྱི་དབྱུང་ལུགས་དང་། །དག་ཞི་དུར་གསུམ་དབྱུང་ནམས་

ཐིག་པོ་ལ་དིང་དིང་བྱ་བ་དང་། ཡེ་སྒྲོན་ཀླུ་པོའི་སྒྲ་མཛུང་དང་། ཁ་  
སྒྲུལ་ཁྱུང་གསུམ་གྱི་དབྱུང་ལྷགས་དང་། ཀླུ་མཁུན་རྩྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲོན་པ་  
དང་། ལྷུང་གཡང་དཀར་གྱི་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ནས་སྤྱིད་། དེ་སྒྲོན་ཆེ་སྤྱིད་  
པའི་ལྷགས་བཞིན་དུ། གཡུང་དུང་ལྷ་གཤེན་བདག་ཅག་གིས། རེ་མས་  
བསྐྱེད་སྤྱིད་རྩེས་གཞི་བཟུང་ནས། སྤྱང་སྤྱིད་གཏུན་ལ་དབབ་པའི་ཕྱིར། ལེབ་ཕྱིར་དཀར་པོ་གཙང་མའི་སྤྱིད་། སྒྲོན་མོ་ནས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་སྤྱུགས། མཚོ་  
རོག་གཡུ་ཡི་སྒྲོན་མ་བཏེགས། ཡི་དམར་མདའ་ཡི་སྒྲོག་མཁར་བཅུགས། ལྷུང་  
ཕྱིར་ཅི་ཤིང་གི་དུང་བ་སྤྱིད་། གྲི་ཞིམ་སྒྲོས་ཀྱིས་གཤེགས་ལུལ་མཚོན། ཕྱེ་  
མར་འོལ་སྒྲོམ་ལུང་གིས་མཚོན། གཡུ་འབྲང་བདུང་ཅི་སྒྲིམས་ཀྱིས་གསོལ། སྒྲུབ་  
གཤེན་དཔལ་པོར་སྤྱིད་གིས་བཀོལ། ལྷ་ཆེན་ལུ་ཐེར་དཀར་པོ་མཚོན། ཡེ་  
སྤྱིད་འབྲུལ་གྱི་རྩ་ཐིག་བདར། ཡེ་མཁུན་དག་སྤྱིད་མཛོན་ཤེས་བསྒྲུབ། ཡེ་  
རྩེ་སྒྲོན་པའི་མི་ལམ་བཏུག། ཡེ་དབང་ལྷ་ཡི་བཀའ་བབ་བྱ། རྩེ་ཏགས་ཕྱི་  
ཏགས་ངོས་འཛིན་ན། ཁྱོ་མཐོང་མོ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ དེ་རིང་བདག་གི་  
མགོན་མཛོད་ཅིག །

བསྟོ། ལམ་སྤྱོད་པའི་སྒྲ་མ་དང་། ཁྱོ་མཐོང་མོ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ སྒྲོ་  
གསུམ་གྲུས་བས་ཐུག་འཆལ་ལོ། ཁྱེད་བཞུགས་པ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ན་  
བཞུགས། སྒྲོན་པའི་པར་སྤྱང་ཁམས་ནས་འདྲེན། སྒྲུབ་སྤྱིད་པས་  
གཞིའི་གནས་སུ་བསྐྱོད། ལྷ་གཞིའི་ཤོང་དུ་གདན་ཐོག་ལ། འབྲུག་ཁྱུང་

སེང་གསུམ་གདན་ལ་བཞགས། །ལྷ་རྟེན་རྣམས་ལ་རྟེན་ཆོས་ལ། །སྤྱབ་གཤེན་  
བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་རྣོབས། །རྩ་ཐིག་འདི་ལ་དབང་ཞིག་སྤྲུམ། །ཁྱིད་བ་རྣམས་  
ལ་གྲོས་ཤིག་གྱིས། །བདར་བ་ཅམ་གྱིས་དགོངས་མཛོད་ལ། །དྲང་པོར་ཕྱོབ་  
ལ་གསལ་བར་སྟོན། །ཁྱོ་མཐོང་མོ་ཡི་དངོས་གྲུབ་སྟེ། །ཞེས་བྱས་ལ་མདའ་  
དར་གཡབ། བས་མཛོད་ཅིང་།

ཀྱུ། །ལྷ་མཛོད་དོ་བསྟོད་དོ་བཀུར་རོ་བཀུག་གོ་དབྱིང་དོ་བརྟན་ནོ་གསོལ་ལོ་  
འབོད་དོ་བདར་རོ། །མཛོད་ནི་ནས་དང་འབྲས་གྱིས་མཛོད། །བརྟན་ནི་གཡབ་  
དང་ལྷག་གིས་བརྟན། །བྲག་གི་ཁ་ཁོག་ དབྱིག་གི་དོ་ལོང་། །སྤྱིབ་གྱི་གཉའ་  
ནོན། །ལྷག་བདུད་བཅུ་གཉིས་མ་འགྲུལ། །དུར་སོ་བཅུ་གསུམ་མ་ལྟར། །ལྷ་  
ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ལྷན་གྱི་སྤྱན་དེ་ཡར་ལ་སྟེས། །འདྲེ་སྒྲིན་མོ་མོ་རྒྱན་མའི་མིག་དེ་  
མར་ལ་ཁོབ། །མོ་མིག་གཉན་པོ་ནས་གྱིས་སྟེས། །བྱ་མིག་གཉན་པོ་རྒྱུང་  
གིས་སྟེས། །དེ་ནས་བདར་བ་ལ་རྩ་ཐིག་ཐིག་གྲུ་རྣམས་སོར་ཅེས་འཕེན་བཞིན་  
འདི་ལྟར་བདར་རོ། །བསྟོ། །མོ་བདར་བ་འདི་དྲངས་སྤྱབདར། །ཤེས་སྤྱ་  
བདར། །རྣོ་རུབདར། །མཐོང་རུབདར། །གསལ་རུབདར། །བདར་རོ་བདར་  
རོ་རྣོ་མཐོང་མཛོན་ཤེས་འཕུལ་གྱི་ལྷ་བདར་རོ། །བསྟོ། །རྩ་ཐིག་ཤར་བ་སྤྱ་  
དུག་གི་ ཡང་སྟེས་པོ་ཡེ་གཤེན་འཕུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ། །མི་ཤེས་དགུ་ཤེས་ཁོག་བ་  
ལ་སྟིང་གིས་གང་བ་བདར། །ཡང་སྟི་དྲོང་མཁན་འཕུལ་གྱི་རྒྱལ་མོ། །མི་མཐོང་  
དགུ་མཐོང་དབྱལ་བ་ལ་མིག་གིས་གང་བ་བདར། །སྟེས་པོ་ཡེ་སྟིང་འཕུལ་གྱི་

4 7 7

ལྷིང་ཁང་ན། །འཕྱོར་གསལ་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་བདར། །བར་སྒྲུང་འོད་ཀྱི་ལྷ་  
 རྫོང་ན། །བདར་གསལ་ཉི་མེ་ལྷ་སྟོང་བདར། །ས་གཞི་བདལ་བའི་གྲུབ་  
 གནས་ན། །ཚོགས་ས་བརྒྱ་དང་ཅུ་བརྒྱད་བདར། །དྲོང་མཁན་གསལ་བཞི་མཐོང་  
 བརྒྱད་བདར། །བསོ། ཤར་ཕྱོགས་དྲུང་གི་མཁར་ནང་ན། །ཀྱེ་བ་དར་བའི་  
 རྫོ་ལྷ་བདར། །ལྷོ་ཕྱོགས་གཡུ་ཡི་མཁར་ནང་ན། །ད་རོག་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་  
 བདར། །རྒྱ་ཕྱོགས་ཟངས་ཀྱི་མཁར་ནང་ན། །དུམ་དབལ་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་  
 བདར། །བྱང་ཕྱོགས་ལྷགས་ཀྱི་མཁར་ནང་ན། །ལུ་ཁེད་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །  
 དབུས་ཀྱི་གཡུ་གསེར་རྫོང་ན། །གཡུང་དྲུང་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །ཕྱོགས་  
 བཞི་སྟོ་བཞིའི་མཁར་ནང་ན། །མ་ཟེ་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །ནམ་མཁའ་  
 སྟོང་བའི་དབྱིངས་རུམ་ན། །དིང་དིང་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་འབྲར། །དོག་མོ་ས་ཡི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་ནས། །སྦྱིན་དིང་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །དབུས་རི་རྒྱལ་ལྷན་  
 ངོའི་གཞལ་ཡས་ནས། །གལ་བར་ལིང་ཆེ་ལྷ་བརྒྱད་བདར། །མེ་གེལ་ཉི་མའི་  
 མཁར་ནང་ན། །བྱ་ཡུན་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །ཁུ་གེལ་རྩེ་བའི་མཁར་ནང་  
 བ། །བྱ་ཐུང་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །འཕན་པོ་སྐར་མའི་མཁར་ནང་ན། །ལུ་  
 ས་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །ལྷག་པོ་སྦྱིན་ཀྱི་མཁར་ནང་ན། །བག་ཆོད་དར་བའི་  
 རྫོ་ལྷ་བདར། །བཙུན་པོ་གཞལ་ཡི་མཁར་ནང་ན། །དོག་ཆང་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་  
 བདར། །བར་སྒྲུང་འོད་ཀྱི་གཞལ་ཡས་ན། །ཡར་ལྷིང་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །  
 སྒྲུང་བྱེད་ཟེར་ཀྱི་མཁར་ནང་ན། །ཕ་ཆོད་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །བརྟན་པ་ས་



ཡི་མཁར་ནང་ན། །ཁྱུང་བརྒྱུད་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །སྤྱ་བརྟན་ལྷགས་གྱི་  
 མཁར་ནང་ན། །ཆོལ་ཆོད་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །ལོ་ཕྱོམ་བསེ་ཡི་མཁར་ནང་  
 ན། །ལྷི་ཐུར་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །མེ་དཔུང་འབར་བའི་མཁར་ནང་ན། །  
 ཨ་ཁད་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །ཤིང་ཆེན་ལོ་རྒྱུས་མཁར་ནང་ན། །སྤྱོ་ཆོད་  
 བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །རྫོན་པོ་མཆོན་ཆའི་མཁར་ནང་ན། །ཅེ་ར་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་  
 བདར། །དང་ཤིང་ལྷེ་མ་བའི་མཁར་ནང་ན། །དཔུང་ག་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །  
 བདུད་ཅི་རྒྱལ་མཁར་ནང་ན། །རྒྱལ་རིགས་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །བབ་ཆོད་  
 འདྲིལ་བའི་མཁར་ནང་ན། །དྲོད་རིགས་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །རྟ་ཁག་  
 གི་མཁར་ནང་ན། །སེ་རྟོད་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །འཕྱི་བ་བྱེད་ཐུན་བའི་མཁར་  
 ནང་ན། །བྲག་རིགས་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །རྒྱུག་བྱེད་རྒྱུད་གི་མཁར་ནང་  
 ན། །སངས་རིགས་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །བསྟོ། དག་སྒྲ་གཡའ་སྒྲ་སྒྲིས་  
 གཅིག་སོགས། །བྱོད་ཐུར་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །དག་སྒྲ་བྱ་དཀར་མཆལ་  
 ཐིག་སོགས། །སད་ཁམས་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །དག་སྒྲ་དུང་སྒྲུང་སྒྲོན་ལོ་  
 སོགས། །ཐུམ་མཉམ་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །དག་སྒྲ་གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་པོ་  
 སོགས། །ཁྱེད་ཅེ་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །དག་སྒྲ་དོམ་བུ་ཐུགས་དཀར་སོགས། །  
 མར་ལྷིང་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །ཁྱིད་པ་ཡེ་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་སོགས། །སྒྱེར་རིགས་  
 དར་བའི་རྫོ་ལྷ་བདར། །དག་སྒྲ་ཅང་ཀུན་བྱུང་བ་སོགས། །སྒྲོ་བར་དར་བའི་  
 རྫོ་ལྷ་བདར། །དག་སྒྲ་རེ་འབྲམས་རྒྱུག་པ་སོགས། །སོ་ཡོན་དར་བའི་རྫོ་ལྷ་

བདར། །དག་སྒྲུ་ཚོ་གཅོད་གཏིང་འབྱེན་སྟག་ས། །མ་ཟེ་དར་བའི་ཚོ་ལྟ་བདར། །  
 དག་སྒྲུ་མཐུ་ཆེན་ཟེར་མ་སྟག་ས། །དིང་རྒྱ་དར་བའི་ཚོ་ལྟ་བདར། །དག་སྒྲུ་སྒྱི་  
 རྩེ་བྱུང་ཆེན་སྟག་ས། །རྩེ་མང་རྩེ་མང་དར་བའི་ཚོ་ལྟ་བདར། །བསྟོ། བ་འབན་  
 གཉན་མཚམས་གོང་མ་དེར། །སྒྲུ་གཤོ་སྒྲོང་གི་དག་སྒྲུ་བདར། །རུ་སྒོད་བདུང་  
 དམག་ཁྲོས་པ་དེར། །ཨ་ལྷག་ས་འགྲུ་ཡི་དག་སྒྲུ་བདར། །བྱ་རལ་སྒྱིན་དམར་  
 གཏིབ་པ་དེར། །སེ་བྱུང་དག་ཡི་དག་སྒྲུ་བདར། །ཡི་ཡན་རྒྱུང་ཁྲིག་ཤོག་རག་  
 དེ། །དམ་ཆ་སྒྲུ་ཡི་དག་སྒྲུ་བདར། །བསྟོ། བམ་མཁའི་ཟེར་མ་འབྲུག་ལ་  
 ཆེབས། །ཁམས་གསུམ་རྒྱད་གྱིས་གཏོན་པ་བདར། །བར་སྒྲུང་ཟེར་མ་ཟེང་  
 ལ་ཆེབས། །སྤིང་གསུམ་ཟེལ་གྱིས་གཏོན་པ་བདར། །ས་གཞིའི་ཟེར་མ་གྲུང་  
 ལ་ཆེབས། །ས་གསུམ་ཁ་ལོ་བསྒྲུར་པ་བདར། །ཨ་བསེ་གོ་ཁོད་སྒྲུག་ལ་  
 ཆེབས། །སྒྲུ་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །ཁས་དུག་དང་པོ་གཡག་  
 ལ་ཆེབས། །གཡག་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །མུ་མཐུར་སྒྲུག་པོ་  
 རྒྱུང་ལ་ཆེབས། །རྒྱུང་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །ཁས་དུག་ཡོགས་ལ་  
 རྒྱུང་ལ་ཆེབས། །རྒྱུང་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །མ་ཡམ་རིན་ཆེན་  
 ག་བཆེབས། །ཤ་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །ཅང་སེག་མ་ཁན་  
 ལུག་ལ་ཆེབས། །ལུག་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །མེ་ལུང་དམར་  
 པོ་སྒྲོག་ལ་ཆེབས། །སྒྲོག་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །རྒྱ་སྒྱིན་སྒྲོན་  
 པོ་གྲུར་ལ་ཆེབས། །གྲུར་ཆེབས་ཅན་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་བདར། །བསྟོ། ལྟ་

རབ་དབང་པོ་བརྒྱུ་བྱིན་བདད། གཙང་རི་སྐད་པལ་མགོན་བདུན་ཅུ་བདད། །  
གཉན་རྩེ་སྤར་བ་དུང་མགོ་བདད། མ་སང་སྤྱན་དཀའི་དག་སྤྲ་བདད། ལྷ་  
རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་བདད། སྤར་སྤྱོད་ལོ་སྤོར་ས་བདག་བདད། ལྷ་རབ་  
སྤར་བ་འོད་ལྷན་བདད། མི་རབ་ཡེ་སྤོན་རྒྱལ་པོ་བདད། ལྷུལ་བ་དུང་མི་  
ལྷན་དཀར་བདད། འོྲ་མ་པན་ལུང་རུམ་དཀར་པོ་བདད། བན་གྱི་དག་སྤྲ་  
གསེར་ཐོག་འབར་བ་བདད། བོན་གྱི་དག་སྤྲ་གཡུ་ཐོག་འབར་བ་བདད། །  
སྤྱི་སྤྱི་དཀའི་དག་སྤྲ་ཐོག་འབྲུག་སྤོག་གསུམ་བདད། ལྷོང་གསུམ་མགོན་ལྷ་  
དཀར་པོ་བདད། སྤྱིད་པའི་མ་གཉན་ཐུགས་ཀར་བདད། དམ་ཆེན་དར་མ་  
སྤར་བུན་བདད། ཡེ་སང་དཔའ་པོ་མཆོད་དགུ་བདད། མ་སང་དཔའ་མོ་  
མཆོད་དགུ་བདད། འབྱེད་པའི་བལྟ་བྲད་ཀྱི་བདད། ལུག་པའི་དུང་རྒྱུད་པལ་  
རུ་ཅན་དེ་བདད། བར་པའི་གཡུ་འབྲུག་མེ་གཤོག་ཅན་དེ་བདད། ལྷོ་པའི་  
དུང་མེད་གཡུ་རལ་ཅན་དེ་བདད། ལྷུ་ཡི་གསེར་མེད་རལ་བཞིན་ཅན་དེ་བདད།  
དམ་ཡི་གཡུ་མེད་བཅུན་བཞིན་ཅན་དེ་བདད། གཙུག་གི་དུང་མེད་དཔའ་བཞིན་  
ཅན་དེ་བདད། ཡེ་སྤྱིད་དཔའ་བཟླ་ལྷོག་མེད་བདད། ཡེ་དབང་དོམ་མགོ་  
སྤར་སྤྱིད་བདད། ཡེ་རྩེ་རྫོག་ཅོད་གཏིང་འབྱིན་བདད། ཡེ་ལྷུ་བ་བྲ་མ་མཆོད་  
དགུ་བདད། ལུག་སྐད་དཀར་སྤར་ལྷན་ལ་བྲ་བདད། ལོ་ལྷ་མི་རྩེ་དཀར་མོ་  
བདད། ཅང་མེ་མི་མགོན་དཀར་པོ་བདད། ལྷུ་མ་མོ་ལམ་ལྷ་ཆེན་མོ་བདད། །  
མཐུ་ཆེན་ཡོར་པོ་རུ་མང་བདད། གཤེན་མགོན་གསེར་མི་གཡུ་རྟ་བདད། །

ཐུག་དཀར་ཐུ་དགུ་ཡབ་དང་བརྩུ་བོ་བདར། །དགུང་སྒྲུན་མཆོད་བདུན་ཡུམ་  
དང་བརྒྱད་བོ་བདར། །བསྟོ། གསལ་ནས་མ་འགྲིབ་པ་ཉི་ལྔ་གཉིས་ཀྱི་དང་  
མཁན་བདར། །ཆགས་ནས་མ་ཞིག་པ་འབྱུང་བ་ལྗེའི་དྲང་མཁན་བདར། །  
འདྲེས་ནས་མ་ཐུའི་བ་གནམ་ས་གཉིས་ཀྱི་དྲང་མཁན་བདར། །བརྩིགས་ནས་  
མ་ཞིག་པ་རི་རབ་ལྷུན་པོའི་དྲང་མཁན་བདར། །ལྟ་སྒྲུ་གཉན་དང་ཐེར་མའི་  
དྲང་མཁན་བདར། །དག་འདུལ་གྲུབ་པ་མཐུ་ཆེན་བདར། །མ་སངས་སྟོང་སྟེ་  
ཐེར་མ་བདར། །བསྐྱལ་སྤྱིད་གཞི་བཏིང་གནམ་ཐུའི་མཆོད་གསུམ་བདར། །  
ཡང་སྟོང་དབའ་བོ་སྟེ་བཞི་བདར། །རྩོམ་ཐོང་མོ་ལྟ་མཆོད་བརྒྱད་བདར། །  
མགོན་ཡག་དར་མ་བརྩུ་གསུམ་བདར། །རྩུ་འབྱུལ་རྩུང་རྩུ་བཞི་བདར། །  
བསྟོ། རྩུ་ཐིག་མཛད་མི་གཤེན་རབ་མི་བོ་བདར། །བརྒྱད་པ་ལེགས་རྒྱལ་ཐང་  
བོ་བདར། །སྟེལ་མི་རིག་པ་དེས་ཁྱེར་བདར། །ཁུ་མི་ཁང་ཁོང་སྒྲུན་དགུ་བདར། །  
རྒྱབ་མི་དབལ་བོན་རྣམ་གསུམ་བདར། །རྒྱབ་ས་ཁྱུང་ལུང་དདུལ་མཁར་  
བདར། །རྩུ་ཐིག་གི་མགོ་བོ་མ་རྒྱལ་སྟོམ་ར་བདར། །རྟིང་བ་བཀྲ་རི་ལྟ་མཆོ་  
བདར། །བཞག་ས་བཞག་བྲ་ལྟ་ཆེ་བདར། །འགྲིམ་ས་ལྟ་སྤང་རིང་མོ་བདར། །  
ལྷས་ཐུང་སྟོང་རི་མཆོན་ག་བདར། །ཁ་འཛིན་ཡེ་གཤེན་དབང་རྫོགས་བདར། །  
སྤྱིང་མོ་འཛི་རྩུ་ལྟ་ཆེ་བདར། །རྒྱབ་བརྟེན་བསེའུ་རུག་ཅིག་བདར། །ཤག་ལོ་  
བཀྲ་རི་ལྟ་མཆོ་བདར། །པ་ཁང་མ་ཆེན་སྟོམ་ར་བདར། །མ་ཁང་འབྲི་ཆེན་སྟོང་  
དུར་བདར། །ཁང་པོ་བྲི་ལ་སྒྲུ་དུག་བདར། །སྒྲུ་མོ་ནེ་བྲག་ཡག་སྟོང་བདར། །



[illegible]

485

བསྐྱོམ་ཐ་ཡེ་ཡེ་སྤྱོམ་ཡེ། སྤྱོམ་ཉེས་ན། སྤྱོམ་ཐོབ་པ། རྟེན་ཅི་ཉི་ཡ། སྤྱོམ་སྟོན།  
ཞེས་བསྒྲས་ནས་རྟེན་ཐིག་ལ་ཐུས་གདབ། གཞན་ཡང་གང་མོས་གྱི་སྤྱོམ་ཡི་  
དམ་ཆོས་སྤྱོད་དག་སྤྱོད་ཅོད་སྟོན་ལག་ལེ་ལྟ་དང་སྤྱོད་མ་དུ་གཏུ་བདར།  
ཡི་རྟུ་མང་དུ་བསྒྲས་ལ་ཚུགས་བཅུ་གསུམ་དུ་མདུད་བར་བྱ་ཞིང་། གནས་  
རྣམས་སྤྱོད་ལོ་སྟོན་བཀའ་བཤམ། མིང་སྟོན་མཆོད་བྱེད་བྲིས་ལ་མཛོར་  
བར་བྱ། མོ་འདེབས་ཆོ་ཞུ་བྱེད་བདར། མདུན་ནས་ལང་བ་སྟོན་མི་བྱ་བར།  
རྟེན་ཐིག་ལ་བཤད་དང་བྱུག་བ་ཡང་ཡང་བྱས་ལ་ཚུགས་རེ་བཞིན་སྤྱོད་འདོན་  
བཞིན་མདུད་བར་བྱའོ། །

༥ གཅིག་ལ་མ་སྤྱོད་གདོང་བསྤྱོད་འོང་། གཉིས་ལ་མ་གསང་དཔྱད་གཤམ་ཡིན་  
ཞེས་བ་ལྟར། གཅིག་དང་ཐོར་བབས་བའི་ཆོ་ཡིད་ལ་བཞག་ནས་མི་བཤད།  
གཉིས་ནས་བརྩམས་ཏེ་ཐམས་ཅད་བྲི་བར་བྱའོ། །ཆང་བབ་འདི་མོད་དང་པོ།  
བབ་གྱི་ཐོག་མ། དབུད་གྱི་དང་པོ། མཁར་གྱི་མངས་དོ། སྤྱིད་བའི་གཞི་མ།  
འབྱུང་བའི་ཐུག་ །དབའ་བོ་ཆས་ས། མཁྱོགས་བ་འགོ་ས། རྩོད་པོ་གཟིང་ས།  
ཉི་མ་ཤར་བའི་རྩེ་མོ། ཤར་ཐོགས་ཤིང་གི་རྩེ་ལྷ། དག་སྤྱོད་ར་མ་སྤྱོད་གཅིག་གི་  
ས་མལ། གཞི་འཛིན་དབང་ཅན་འདུག་ས། ལོ་ལོ་མགོ་བོ་བྲི་བ། ལྷ་བའི་མགོ་  
བོ་སྟག་ དུས་ཆོད་ཐོག་མ་ཡོས། འབྱུང་བའི་དང་པོ་ཤིང་། བྲི་བ་ལོ་བའི་ལོ་  
མལ། ཐུ་ཆའི་གླིང་རི། ལུལ་ལ་འཕོ་འཁུག་མེད་ས། ས་ལ་རྟེན་སྤར་འཇུགས་  
ས། རྒྱལ་བོས་གདན་ནོན་ས། གཞི་ལ་སྤྱག་རལ་འབྱུམས་གསུམ་ཨེ་འོང་མི་



༥ གསུམ་འདི་སྤྱིར་དགའ་གསུམ་གྱི་དང་པོ། རྒྱལ་ལུ་མཐིང་གི་བཞིག་བ་  
ཞིག་གསུམ་གྱི་ཆུང་བ། གཅེས་པའི་ལུ་ཆུང་ཅེས། མང་གི་དྲིུ་ཆུང་རྒྱག་ས།  
སྒྲ་བ་ཆོག་གསུམ་བརྗོད་ས། མི་གསུམ་གྲོས་ལ་འདུ་ས། དཔའ་གསུམ་དག་  
ལ་ཆས་ས། བཀྲོགས་གསུམ་རུ་མ་སྒྲིལ་ས། རྒྱ་གསུམ་ཡུ་བ་བརྒྱུང་ས། རྒྱུད་  
ལུ་སུམ་ཚུགས་གྱི་གནས་མལ། ལུ་པོ་དང་ལུ་ཆའི་གྲོང་རི། རྒྱག་ལོ་བ་ཡི་ལོ་  
མལ་ཡིན། མི་ལྟར་གསལ་ན་བཟང་། །།བཞི་འདི་གཡང་གི་ར་བ། རྒྱར་གྱི་  
ཀ་བ་བཅུགས་ས། སྤྱིང་གི་ཆུ་མིག་རྒྱོད་ས། གཡང་གི་སྤྱིང་ལུར་བཅུགས་ས།  
གྲོག་གི་རྒྱ་མཆོ་བསྒྲིལ་བ། རྒྱ་འཕུལ་བ་ཡི་རུ་མ། རྒྱ་མཆོ་ལུ་འཕྲོ་བ། དཀོར་  
ཅོར་སྒྲ་ཐག་དགྱི་ས། ཡང་དག་མ་སང་གི་བརྒྱག་སྒྲོ། ཡོས་ལོ་བ་ཡི་ལོ་མལ།  
མནའ་མའི་གྲོང་རི། བརྒྱ་ཞོན་བརྒྱ་ཁྱིད་མན་ཆད་རྒྱང་ཐང་ལུ་ཅན་ཡན་ཆད་

གྱི་གྲོག་ས་འཁྱུར་མེད། གཡང་གི་རུ་མ་ཆགས་ས། ལྷག་གི་གསེར་ཅི་འབེབ་  
ས། གྲོག་གི་སྤངས་རིམ་ལྷ་མེད་ལྷ་མེད་སྤྲུལ་དགོས། ༥ལྷ་འདི་མི་འཁྱུར་  
དག་ས། ལྷ་ལྷ་གས་འཇང་གི་གཡུལ་སོ། སྤྲུལ་པོ་ལྷ་གས་ཞོན་པའི་ས། སྤྲུལ་  
མོ་མི་རྒྱུ་ཆས་པའི་ས། གནམ་གྱི་གཡས་རྒྱུམ་པའི་ས། ས་ཡི་གཡོན་ཤ་  
བདར་པའི་ས། ལྷ་ག་དམར་ལུ་དགུ་ལང་པའི་ས། མཁར་ལྷ་ཡོད་པ་དག་  
མཁར། མི་ལྷ་ཡོད་པ་དག་མི། ལྷ་ལྷ་ཡོད་པ་དམ་ལྷ། ལྷ་མང་གིང་གས་པའི་  
སྤྲུལ་ར་ན། བྱིན་གཏོང་ལ་སྤོར་ས། འདྲེ་དན་གྱི་བར་ཆད་ལྷ་ས། གདོན་དན་  
བྱི་ལྷ་ས་བྱེད་ས། འདྲེ་གདོན་ལམ་དུ་ཆོད་ས། ལུ་སྤྲུལ་མག་པའི་སྤྲུལ་རི། འབྲུག་  
ལོ་པ་ཡི་ལོ་མལ་ཡིན། སྤྲུལ་བཏང་ཞན་ཅིང་དམའ་ན་བཟང་། ༥འབྲུག་འདི་  
ཡབ་ལྷ་བདལ་དུག་གི་བཞོག་ བཞོག་གསུམ་གྱི་འབྲིང་པོ། བྱིམ་ས་བར་མ།  
ཡར་དུག་གི་ཅུ་བ། མར་དུག་གི་ཅུ་མོ། སྤྲུལ་དུག་ལྷ་ག་པས་ཞོན་ས། འདྲེ་དུག་  
ཆམ་ལ་པབ་ས། ལྷ་དུག་ལུས་ལ་རྒྱོགས་ས། མོ་བཅུན་དར་མའི་ས་མལ།  
མོ་བཅུན་ཐབ་གཡང་ཆགས་ས། མ་འབྲི་ཆོད་གསུམ་གྱི་ས་མལ། བྱིམ་བདག་  
མོང་སོ་འཇུག་ས། གཞིན་ཁམོ་དུང་འཇུག་བཅུགས་ས། བྱིམ་ན་ཁམོ་སྤྲུག་འཇུག་  
བཅུགས་ས། སྤྲུག་བཅུགས་སྤྲུང་བཅུགས་ས། བཞོན་མ་ཞོ་འབེབ་ཆེ་ས།  
སྤྲུལ་ལོ་པ་ཡི་ལོ་མལ་ཡིན། ཁ་ལོ་མ་འབྲུང་བ་བཞིན་དུ་དཀར་ཞིང་སྤྲུལ་ན་  
བཟང་། ༥འབྲུག་འདི་མོ་ཉེས་སྤྲུག་གི་མགོ་པོ། སྤྲུལ་གྱི་ལོ་སྤྲོ་ཤར་གཅིག་  
གཏང་ས། ལུ་རུ་མཚོའི་གནས་མལ། ལ་སྤྲུག་སྤྲུག་ལག་རྒྱས་ས། མཉེས་སྤྲུག་



སོ་བ་མི་དགུ་རྒྱུང་ས། སྤྱི་བ་ཤིང་རིམ་དགུ་བཅུགས་ས། ཁེ་ལེ་མོན་གྱི་ལ་སོ།  
 སྤྱི་བ་ཏྲ་བ་ན་རང་ས། སྤྱི་བ་ཏྲ་བ་ན་དག་ས། དག་ཟུན་ལ་བཅས་ཐུན་མོང་།  
 སྤྱི་སའི་ནང་ནས་རང་ས། ཞང་པོའི་གླིང་རི། སྤྱི་ལ་ལོའི་ལོ་མལ་ཡིན་པས་  
 སྤྱི་བས་དང་བསྐྱུན་པར་བབ་ལུགས་དགོས། །།བརྩ་འདི་སྤྱོན་ལམ་བྲག་ཐོག་  
 གནམ་ཕྱི་གུང་རྒྱལ་བཞུགས་ས། བདུད་ཅི་ཐང་མར་བདལ་ས། སྤྱིང་བ་ཀན་  
 ཀོན་གནས་མལ། མ་སྤྱི་ཀན་རིམ་ས་མལ། དབང་ཡོད་ཀྱི་དབང་གཅོད་ས།  
 དབང་མེད་ཆམ་ལ་འབེབ་ས། སྤྱི་ས་གསུམ་གྱི་ཁ་གཏོན། རང་ས་གསུམ་གྱི་  
 ཁ་འཛིན། དགུང་སྤྱོན་གནམ་གྱི་ཡར་རྒྱེད། ཐུག་དཀར་བྱ་ལམ་གོང་མ། དགུང་  
 ལ་ལྟོ་སྤྱོན་ཆགས་ས། ཐུག་དཀར་བྱ་དགུ་པ་དང་བརྩ་བཞུགས་ས། མ་སང་  
 གི་བཤོས་གཞི་བྲམ་བཤིང་ས། བཤོག་གསུམ་གྱི་ཆེ་བ། རྒྱ་བཞི་འབབ་པའི་  
 མགོ་པོ། རི་བཞི་བརྟན་པའི་ཅེ་མོ། ཐུ་སྤྱིང་མཛེས་པ་གནས་མགོ་མཐོ་ས། ཏ་  
 ཐོ་མགྲོགས་པ་གོང་ཐང་ཆེ་ས། རོར་དང་མི་གུངས་འཕེལ་ས། ཆ་ཐུབ་གུང་  
 ཐབ་ཐེར་མའི་ཁ། མ་སྤྱིའི་གླང་རི། བྱ་ལོ་པའི་ལོ་མལ་ཡིན། འཇའ་ལྟོ་སྤྱོན་  
 བཞིན་དུ་ཐུག་ཅིང་མཛེས་ན་བཟང་། །།བརྩ་གཅིག་འདི་མོ་ཡི་སྤྱོག་དག་སྤྱིའི་  
 གནས་མལ་གོང་མ། ཐེར་མའི་བྲ་ཆང་མཐོན་པོ། བྲ་ཀན་ཉི་མ་འདེ་ས། བྲ་  
 མོས་གཤོག་པ་རྒྱུང་ས། གཤོག་མཐུ་བྱ་ལ་འགོབ་ས། གཤོག་ལྷག་དག་ལ་  
 རྒྱུབ་ས། བྲ་ཐུག་ཅེད་མོ་ཅེ་ས། བྲ་ཀི་རིག་ཀི་རིག་ཟེར་ས། ཀི་རིག་ལྟ་ལ་  
 འཕོད་ས། རྩ་ཡེ་རྩ་ཡེ་ཟེར་ས། རྩ་ཡེ་ལྟ་ལ་འཕོད་ས། བྲམ་ཐུས་ཕྱིན་ལེན་ཕྱིང་

ས། རོན་ག་རེ་འདི་རེ་ལྷ་ས། དག་སྒྲའི་རྒྱལ་ལམ་དང་པོ། བོ་ལྷ་འི་བཙན་  
མཁར་གོང་མ། བོ་ལྷ་དུང་ཁྱུང་འབབ་ས། དུང་ཁྱུང་ག་ཤོག་པ་རྒྱུང་ས། རྫོག་  
ལ་དར་འབྲུ་བཙུགས་ས། མདུང་ལ་བ་དན་བདགས་ས། དག་སྒྲའི་དར་ཆེན་  
ཕུར་ས། བོ་ལྷ་ས་དུང་ཆེན་འབུད་ས། བེར་མའི་སྒོག་དམར་འབྲུ་ས། ཅང་མའི་  
རྒྱུང་དམར་འཕྲུབ་ས། ལྷ་ཞལ་དུང་བས་དཀར་ས། གསས་ཞལ་དགུང་བས་  
མཐོ་ས། ལུལ་མཁར་འཛིན་ས། དར་འཛིན་སྟོད་ས། མི་ཆེ་རིང་ས། མི་སྒྲོག་  
ས། དག་སྒྲའི་གླིང་རི། ཁྱི་ལོ་པ་ཡི་ལོ་མལ། བཙན་ཁས་དཀག་གི་དར་འབྲུ་  
བཙུགས་ན་བཟང་། །།བཙུགས་ཉིས་ཡེ་ངམ་འབྲུག་སོ། །ངམ་གྱི་མགར་བའི་  
འཆོགས་ར། ཉར་ཁྱི་ཐོད་གྱི་མཁར་རྫོང་། སྟོང་ག་སུམ་གླིང་གི་ཕྱིར། ཨ་བ་  
སྒྲུང་མགོའི་བྲེས་ར། ཨ་བ་རོར་གྱི་དག་ས། དག་ཁ་དག་དང་ག་དོན་བྱིང་ཆེན་  
གྱི་ས་མལ། བྱང་གི་དག་ས་འབྲུར་མེད་ཡིན། ལོ་རྒྱ་འབྲུང་བའི་མཇུག་མ།  
བསྐལ་བ་བཟང་བའི་སྟིགས་མ། འབྲུང་བ་བཟང་བའི་ཐ་མ། ཁྱུང་ཆེན་ཨན་ཐག་  
བཙད་ས། ཡེ་ངམ་ག་ཉིས་གྱི་ཟམ་སོ། ངམ་རྩེ་རྩེ་ལ་པོའི་ས་མལ། ངམ་མི་ནག་  
པོའི་གླིང་རི། ངམ་སྐས་ནེ་གུའི་གནས་མལ། ངམ་གྱི་བུ་མོ་དུས། བྱང་གི་བྱེ་  
རི་སྒྲུག་པོ། རག་བ་ཆོང་བའི་ཕྱི་ལམ། སྟང་དག་ག་དོན་བག་གས་བཀུག་ས།  
སྟང་དག་པོ་ལ་གོང་བ་འཛིན་ས། དག་བལ་ག་ཞོབ་ལྷོག་བས་དྲིལ་ས། ཐག་  
ལོ་པ་ཡི་ལོ་མལ་ཡིན། དག་རོ་ཐང་ལ་རུལ་ན་བཟང་། །།བཙུགས་སུམ་ཐེག་  
པའི་ཡང་གོང་། སྒྲོ་ཡི་སྒྲོ་ཕུག་ དཔའ་པོ་སྒྲུབས་ས། སྟར་མ་བྲོས་ས། དགུང་

སྒོན་པོས་ཀུན་ལ་བྱུང་ས། རྣམ་ཐུག་དོན་ལྟ་ས། བྱི་ཐུག་རྒྱལ་ཁ་ཚུད་ས། ལུ་མ་  
ཚུ་བྱུང་པའི་ལྟ་གནས། རྣམ་པར་རྒྱལ་པའི་ཁང་བཟང་། དཔག་བསམ་གྱིས་  
གི་ཅེ་མོ། སྒོན་པའི་ལྟ་ལྷན་གི་མགོ་བོ། བྱ་རྒྱལ་བྱུང་གི་རོར་བུ། རྣམ་མཁའ་  
གཡུ་ཡི་ལྷིང་ཁང་། གཡུ་འབྱུག་གསུང་སྒྲིབ་སྒྲོགས་ས། གསེར་གྱི་ཡི་གེ་འབྲུ་  
གཅིག། སྒྲོ་གཅོ་བོ་བརྒྱ་འདུས་ཀྱང་ཕྱི་དྲོད་བད་ཆེན་གཅིག་གི་ཐག་བཅད་  
ས། མ་སང་གནད་གི་ལྟ་བ་མུར་ས། གནད་ཁ་དོག་སྒྲུ་རིས་བརྟག་ས། ཡང་  
དག་སྒོན་པའི་དམག་མི་བགྲང་ས། བཞོས་བཞོས་གོས་གྱི་གོང་བ། བཅིགས་  
བཅིགས་མཁའ་གྱི་ཅེ་མོ། མོ་བཅུ་གཉིས་གྱི་རྣམ་ཐུག་གཏད་ས། ཡང་འཁོར་  
ལྟ་ལམ་དཀར་བོ། མགོན་པོའི་བྱ་ལྷང་ཅེ་མོ། མོ་ཐམས་ཅད་བཅུ་གསུམ་གྱི་  
མངའ་འོག་མི་ཐམས་ཅད་རྗེ་རྒྱལ་གྱི་བྱན་འབངས། ལུ་ཐམས་ཅད་གཙང་  
པོའི་རུ་ལག་བསྟོ་བསྟོ་བསྟོ། བཅུ་གསུམ་མིན་པས་བསོ་མི་བྱུགས། རྣམ་  
མཁའ་མིན་པས་བྱུང་མི་བྱུགས། བསྟོ་བསྟོ། ཞེས་མཛད་དོ། །དེ་ནས་ཁ་དམར་  
གདགས། མཐར་། དམོ་བཟང་ལྷ་ཡི་རྒྱལ་ཁ་བྱུང་། འདྲེ་སྒོན་བྱུར་གསུམ་  
གྱི་མགོ་མ་ལྷང་། ལྷ་དམུ་གཙུག་གསུམ་གྱི་སྒྲོས་མ་ཞེས། ལྷ་མི་གཤེན་གསུམ་  
གྱི་དབུ་མ་དམའ། དོན་དག་སྒྲུ་གཉན་པོ་བསྟོད། རྟེན་མ་མཐུན་ཆེན་ཐེར་  
མས་མཛོད། དིང་དིང་རྒྱལ་གྱི་མོ་སྒྲིང་ཡག་ཡགས་སོ་ཡགས་སོ་ལྟ་རྒྱལ་  
ལོ་པ། ཞེས་སྒྲུ་ལྟ་གཞིའི་སྟེང་དུ་དོན་བསྟོད་ལ་འབྲུ་མཛོད་དོ། །རྒྱལ་པར་སྒྲོན་སྒོན་གྱི་བདར་ཆེན་མོ་  
རྣམས་བྱུང། ཞེས་པའང་ཁང་ཁོང་གི་མོ་བདར་གསལ་སྒྲོན་ཁྱི་འདུག་འཁོར་པོ་སྒྲོགས། ལུ་ཐིག་གི་བདར་

ཆེན་གཞུང་རྒྱུ་ལྷོ་ཆོག་གཙང་མ་རང་བཞོ་སྒྲིང་སྒྲིང་ཏེ་འབྲེལ་བ་སྒྲིག་མ་ནས་ཤོག་གཅིག་ཏུ་འཕྲིལ་བར་བྱས་པ་མི་ཡས་པ་སྒྲིང་། །མཛུ་ལོ། །

༡ སྒྲིང་གྱི་ར་ཟ་མོ་བཞུགས། འོ་དེ་རིང་གནམ་གྱི་ལྷ་དཔང་། བར་གྱི་དགྲ་  
བླ་དཔང་། ས་འོག་གི་ལྷ་དཔང་། སྒྲིང་པའི་རྩུ་ཏིག་ཤར་བ་སྒྲིབ་ཀྱིས་མ་དག་  
རིགས་ཀྱི་གི་སེམས་ཅན། དག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གི་རོལ་བ། ཁམས་གསུམ་  
འདུས་པའི་དྲངས་མ་འདི་འེན་དུ། ཡ་གི་རྒྱལ་བ་ཞི་ཁྲོ་ནས། མ་གི་གྲོང་རྒྱུག་  
ཐེའུ་རང་ཡན་ཆོད་ཀྱི། འཁོར་འདས་སྒྲིང་སྒྲིང་བརྟུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི། སྒྲིག་  
ཆང་། ལུས་ཆང་། རིགས་ཆང་། མིང་ཆང་། ཡར་འདྲེན་དྲངས་མ་ཡོད་ཁམས་  
དཔལ་ཁམས་ཡེ་ཁམས་ལྷ་ཁམས་ཀྱི་བླ་ཆང་། མར་འདྲེན་སྒྲིག་མ་མེད་  
ཁམས་བྱུང་ཁམས་ངམ་ཁམས་འདྲེ་ཁམས་ཀྱི་བླ་ཆང་། སྒྲིང་བ་རྟེན་འབྲེལ་  
གྱི་ཆེ་བ་ཡིན་པས་བཟང་ངན་གཉིས་སུ་སྒྲིང་། རྟེན་འབྲེལ་ལ་མ་བརྟེན་གང་  
ཡང་མེད། རྟེན་འབྲེལ་འདི་དཔང་བཅན། ལྷ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་ལ་རག་ལས།  
འདྲེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་ལ་རག་ལས་པས། སྒྲིང་སྒྲིང་ལྷ་སྒྲིང་སྒྲིང་བརྟུང་སྒྲིང་བ་  
ཆགས་གནས་ཀྱི་བདག་པོ་ཀུན། སྒྲིབ་ས་ལེར་གཟིགས། སྒྲིབ་གྲོང་དེར་གསོན།  
ཐུགས་ལྷན་ལེར་དགོངས། ངའི་མོ་འདི་འེན་དུ་རྒྱུ་འབྱེར་ཡོན་གྱི་བདག་པོ་  
སོགས་དམོད་དོན། སྒྲིབ་བར་གསུམ་ལེགས་ཉེས་གང་འདོད་མ་དྲིས་པ་མི་  
འོང་། མ་སྒྲིང་བ་མི་འབབ། བསྒྲིས་པ་ཤོག་སྒྲིས་པ་སྒྲིན། འོང་གང་དགོས།  
འོང་དོན་གང་ཡོད་ཀྱི་མོ་ཤོག་ བྲ་ཤོག་ ཆ་ཆ། བསོ་བསོ། འདུ་འདུ། རྟེ་རྟེ།

མུའི་མུ་རྒྱུང་ཨ་དཀར་ས་ལེ་འོད་པོ་ཆ་འདྲུ་འདྲ། ཇོ་རྩ་རམ་སྤྱང་ལི་གསལ་  
ཁོད་དེ་འདྲ། མའུད་ལྷ་སྤུམ་བརྒྱུག་ཅུ་པོ་ཁྱེད་རྣམས་སྤྱོད་གང་ཡོད་གྱེར། ཆ་  
གང་ཡོད་ཤོད། བརྟེན་གང་ཡོད་སྟོན། སྟོན་ཆོ་ལྷ་མི་ག་ཤེན་གསུམ་གྱི་དམ་  
ཆོག་བཞིན་དུ་སྤྱིད་པ་རང་གི་ལུགས་ལས་འགྱུར་མི་སྤྱིད། ད་ཡང་གཡུང་དྲུང་  
སེམས་དཔའི་རྟེན་འབྲེལ་བརྟག་པ་ལ། རྟེན་འབྲེལ་ནམ་ཡང་མི་འགྱུར་བདེན་  
ཅིང་བསྐྱབ་པ་མེད། རྟོ་མཐོང་སྤྱིད་པ་འཕྱུལ་གྱི་ལྷ་མཆོད་དོ། །བསྟོད་དོ། །  
བརྟེན་རོ། །མོ་འདི་གསལ་ས་ལེར་བྲ་ཐོབ། མི་པམ་རྣམ་རྒྱལ་ལམ། དུན་མུ་  
ལེ་གཡུང་དྲུང་འོད་དཀར་གྱིས་བྱིས་པ་དགའོ། །

༥ མོ་བདར་བསྐྱུས་པ་བཞུགས། བསྟོ་བསྟོ་ཇོ། ཅུ་གསུམ་སྤྱང་མའི་བྱིན་  
རྒྱུམ་གྱིས། ཁོ་ཡི་དམུ་གཤམ་ཐམས་ཅད་སོལ། ལྷང་གསལ་འཕྱུལ་གྱི་སྟོན་  
མེ་སྟོར། བྱིན་གྱིས་རྒྱེ་བས་ཤིག་མཐུ་སྤུལ་སྦྱེད། །བསྟོ། རང་རྣམ་ཡེ་ཤེས་  
གཞལ་ཡས་ཁང་། ལྷང་སྤྱིད་ཀུན་གསལ་ཆོས་དབྱིངས་གློངས། །རབ་འབྱམས་  
ཅུ་བ་གསུམ་གྱི་ལྷ། སྤྱིད་ཞིའི་དྲངས་བཅུད་ལས་འཁྱུངས་པའི། རྟོ་གསལ་  
དག་སྤེལ་སྤྱར་བཞེངས་ལ། ལེགས་ཉེས་དྲང་ཤན་འབྱེད་ཚུལ་གྱིས། འུ་ཐེག་  
འདི་ལ་བྱིན་གྱིས་རྒྱེ་བས། མཆོད་པ་འདི་རྣམས་བཞེས་སྤྲུལ་སོལ། གང་དེས་  
དོན་འདི་གསལ་བོར་སྟོན། །བསོ་བསོ། བདར་རོ་དཀོན་མཆོག་ཅུ་བ་གསུམ། །  
ཆོས་སྦྱོང་ལོར་ལྷ་གཞི་བདག་དང་། དག་སྤེལ་ཐེར་མ་ཐུགས་ཀར་ཆོགས། །  
ཅིང་སེམས་མཐོང་འཕྱུལ་གྱི་ལྷ། ཁྱོད་མཁན་ཤེས་བཞི་མཐོང་བརྒྱུད་བདར། །



ལྷ་ཆེན་སྒྲུང་བ་འོད་ལྷན་དང་། གཤེན་རབ་བརྒྱད་པའི་མོ་ལྷ་བདར། ལྷ་མེར་  
 རྒྱལ་པོ་ལྷ་མ་དྲལ་བཅས། རྫོང་མཐོང་ལྷ་ལྷ་གཡང་དཀར་བདར། བ་སྤུལ་ལྷ་  
 གསུམ་རྫོང་ལྷ་དང་། རྫོང་ལྷ་ག་བར་གསུམ་མོ་ལྷ་བདར། ལྷ་ཆེན་དྲུང་མི་ལྷན་  
 དཀར་དང་། སྤྱིད་པ་ཡེ་སྤོན་རྒྱལ་པོ་སོགས། སྤོན་རབ་སྤྱིད་པའི་དག་སྤྱེ་  
 བདར། བན་བོན་གཉིས་ཀྱི་དག་སྤྱེ་དང་། ལྷ་དཔལ་གཙུག་གསུམ་དག་སྤྱེ་  
 བདར། དག་སྤྱེ་མཆོད་གསུམ་དྲལ་བརྒྱད། རྒྱ་ལྷུལ་རྒྱུད་ཏུ་ལྷ་བཞེད་དང་།  
 མགོན་ཡག་དར་མ་བརྒྱ་གསུམ་སོགས། མ་དེས་རྒྱ་ལྷུལ་རོལ་བ་ཅན།  
 གནམ་ས་བར་སྒྲུང་གང་བའི་ཆོགས། མཆོད་དོ་བརྟེན་དོ་བཀྲར་རོ་བདར།  
 རྫོང་སྤྱུན་རྫོང་ལྷུལ་གྱི་ལྷ། འིང་འིང་སྤྱིན་འིང་གལ་བར་སོགས། རྫོང་ཆོན་སྤུལ་  
 རྩ་ཅ་གསུམ་གྱི། མཁུན་ལྷ་སྤུལ་བརྒྱ་དྲུག་རྩ་བདར། སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་མོ་  
 ལྷ་ཀྱུན། ཡོངས་འདུས་སྤྱིད་པའི་བརྒྱུས་གཞུགས་གར། རྟེན་འབྲེལ་མི་  
 བསྐྱའི་འཆར་སྒོ་ལས། གང་བསམ་སྤྱད་དོར་གསལ་བར་མཛོད། བསྐྱའི་  
 འདུག་ཞོན་སྒོག་འཇུག་ཐོག་འབེབས་པའི། ཉམ་མཁའ་གང་བའི་དག་སྤྱེ་ནི།  
 དག་རྩལ་ཆེ་བའི་ཆོགས་རྣམས་བདར། རྫོང་མཐོང་མོ་ཡི་ཁ་འཛིན་མཛོད།  
 སེང་ཞོན་དར་ལྷ་དྲུང་འཇུད་པའི། བར་སྤྱད་གང་བའི་སྤེར་མནི། རྒྱ་ལྷུལ་  
 ཆེ་བའི་ཆོགས་རྣམས་བདར། རྫོང་མཐོང་མོ་ལ་གསལ་སྤྱད་སྤོར། ལྷ་ཆོགས་  
 རྒྱ་ལྷུལ་རོལ་བ་ཅན། སྤྱི་གཞི་གང་བའི་ཅང་སེནི། ལྷ་ར་མགྲོགས་ཐོགས་  
 པ་མེད་པ་བདར། རྫོང་མཐོང་མོ་ཡི་ཁ་དམར་སྤོར། བསྐྱའི་སྤྱིད་པ་རྒྱུད་ཀྱི་

དག་སྒྲ་བདེ། ཁྱིམ་ཐོང་འཕྱུལ་གྱི་མོ་ལྷ་བདེ། རྒྱུ་ས་ཁུ་རང་གི་དག་སྒྲ་  
 བདེ། རྒྱུ་གས་དུས་གནས་རྒྱུ་འཕྱུ་ལྷ་བདེ། རྟེན་འབྲེལ་རྒྱུ་ལ་མིང་  
 ཚད་བདེ། རྟེན་འབྲེལ་འདི་འདི་དབང་པོ་མཛོད། ཁྱིམ་ཉིང་ཀ་ནས་དག་པ་  
 དད། ཁྱིམ་ཅན་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་མེད་དད། རྒྱུ་གས་དང་ཕུག་རྒྱུ་ཉིང་འཛིན་  
 མཐུ། ཕ་གསུམ་ལྷ་ཡི་བདེན་ཚིག་གིས། འཇམ་དབལ་དབྱངས་དང་དོན་  
 གྲུབ་རྗེ། ཐོག་ས་མེད་དག་སྒྲའི་རྒྱུ་བསྐྱུལ་ཏེ། ཡེ་མིང་འཕྱུལ་གྱི་བཅུ་ཐོག་  
 འདིར། གཉིས་སྐྱུ་མེད་པར་འཇུག་མཛོད་ཅིང་། རྟེན་འབྲེལ་དབང་གིས་སྐྱུ་  
 མིང་ཀྱང་། མཉམ་ཉིང་འོད་གསལ་རྒྱས་ཐེབས་ནས། ཁང་འདོད་རྩོལ་མེད་  
 རང་ཤར་བ། བདེ་འཇུག་ས་མཚན་མའི་སྐྱུ་ཆ་ལས། བསྐྱུ་མེད་སྐྱུ་དོར་  
 གསལ་གྱུར་ཅིག ཞི་ཨ་ར་བ་ཅན་རྩྭ་དྲུ་དྲི་དྲི་དྲི་དྲི་དྲི་དྲི་ལྷ། ཞི་དྲི་  
 རྒྱུ་ས་སོ་ལོ་གསལ་ཁོད་དེ་འདྲེ། ཨ་ཀ་ལྷ་ཡེ་ར་ཡ་མ་ཡི་ལུ་རྟེན་ཏེ། བ་མོ་  
 རུ་ལྷ་ཡ། ཞི་ཡེ་རྩྭ་དྲི་དྲི་ཐོག་ས། ར་ཡེ་སྐྱུ་དྲུ། ཞི་བམོ་ཐུན། བམོ་ཤག་  
 བམོ་ཚལ། བམོ་ཐོབ། བམོ་རྩྭ། བམོ་གསལ་སྐྱུ་དྲུ། ཞེས་བསྐྱུ་ས་བཅུ་ཐོག་  
 བསྐྱུ་གསལ་གདབ། དེས་དུས་གསུམ་སྐྱུ་དོར་གསལ་ལོ། བཅུ་ཐོག་གི་མོ་བདེ་  
 རྒྱུ་མིང་ཀྱང་གསལ་ཞེས་པ་འདི་མི་མཐུ་མ་པར་རྒྱུ་པས་རབ་ཚེས་ཤིང་བྱ་རྒྱ་འཛེས་ལ་དབལ་སྐྱུ་  
 རྒྱུ་ཐེབས་པ་མཛད། ཁོ་བདེས་བྱ་མང་དུ་ཡོད་པ་ལྷ་ལུ། དང་པོ་བསང་བྱས་དང་བདེ་ཆེན་མོ་འཛག་ཅིག་  
 བཏང་ནས། དེ་ཡོག་བདེ་རུང་གིས་ཚོ། དུས་རྒྱུན་ཚོས་ས་ལ་མི་ལྷ་བར་བདེ་ཆེན་བྱས་ན་བཟང་བས་གང་  
 དཔོན་རྒྱ་རྒྱུ་རོ། མཛད། །

## ༡ བཀའ་སྒྲུང་གི་མཆོད་ཐབས་ བཞུགས།

སྒྲོ་མ་གཡེལ་ནག་མོ་སྟག་རི་རོང་། རྩུང་གཤེགས་ནག་མོ་སྟག་རི་རོང་། །  
གཡལ་དང་གངས་ཀྱི་པ་རོལ་ན། སྤྱིན་དང་ན་ཐུན་ཚུ་རོལ་ན། །དག་སྒྲུའི་རྒྱལ་  
མོ་སྟག་རི་རོང་། །ནམ་མཁའ་དག་པའི་སྒྲུ་མདོག་ལ། །མཐིང་ནག་ཐུན་གྱི་ཚྭ་  
ཚྭ་འཕྲོ། །རལ་པ་ཁམ་ནག་སྤྱིན་ལྟར་གཏིབ། །སྒྲུ་ལ་དར་ནག་ཐུལ་བགསོལ། །  
གཡས་པས་གི་གྲུག་དག་སྟོག་གཅོད། །གཡོན་པས་ནད་རྒྱལ་དག་ཡུལ་ཐུང་། །  
ལའོར་རྩུ་མོ་འབྲུམ་གྱིས་བསྐྱོར། །འདྲིར་བྱོན་རྒྱུན་གྱི་མཆོད་པ་བཞེས། །མི་  
མཐུན་རྒྱུན་ནམས་ཕྱིར་བསྐྱོག་ཅིང་། །བསྟན་པ་སྒྲུང་ཞིང་སྟོང་གོག་མཛོད། །  
སྒྲོ། མ་མ་རག་མོ་མུ་ཏི་མུ་ཤང་རྩོ། །སྟོང་རྩུ་པ་ནི་ས་མ་ཡ་རྩ་རྩ་ དཔོན་  
རྩུང་ནིབ་ལྟ་འཕགས་པ་དགོལ་གས་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོའི་ཐུགས་བཞེད་དུ། རྒྱབ་ཅུན་  
མཁས་གྲུབ་ཁམ་སྟོང་ཁི་ཁར་གྱིས་སྒྲུར་བ་དགོལ། །

༡ གཏེར་སྒྲུང་མཆོད་ཐབས་བཞུགས། གེམ་ ཤར་ཕྱོགས་མ་རི་བཀྲ་གསལ་གྱི། །  
འོད་དང་གཞུང་ཆོན་གྱི་ཕྱི་མེན། །ཀུན་བཟང་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲུལ་བ་སྟེ། །མ་གཉན་  
སྟོམ་རྩུ་ཡི་སྒྲུལ། །ལའོར་རྩུ་ལྟ་ཀུ་གཉན་ཟོ་དོར། །གཞོད་སྤྱིན་གཏེར་བདག་  
འབྲུམ་གྱིས་བསྐྱོར། །ལས་སུ་གཡུང་རྩུང་བསྟན་པ་སྒྲུང་། །ཐུ་གཤེན་ཀུན་གྱི་

ནོ་མཐོང་སྟོན། །དར་དཀར་རྩ་ཐིག་གཡལ་ཅིང་འཕོད། །མ་ཐོགས་མུར་དྲུང་  
ཚུར་བྱོན། །བསང་དང་སྒྲེམས་ལུང་གཏོར་མ་དང་། །བརྟན་ཆ་འདོད་ཡོན་སྣ་  
ཆོགས་འབུལ། །མོ་མ་བདག་ལ་ཚོ་དབང་སྒྱུར། །རྩ་ཐིག་འདི་ལ་དངོས་གྲུབ་  
པོལ། །ཁ་བུན་འདི་ལ་ཚོ་རར་ལུད། །ནོ་མཐོང་སྟོན་པའི་བྱ་ར་མཛོད། །སྣ་  
རྟགས་ཕྱི་རྟགས་དང་ཤན་བྱེས། །ལུས་དང་གིབ་བཞིན་ཁ་འཛིན་མཛོད། །ལྷ་  
གཤེན་རྩ་ཐིག་ནོ་མཐོང་གི། །བརྟན་པ་བྱོགས་བཅུར་རྒྱས་པར་མཛོད། །ར་ཅོ་  
ར་ར་ཆ་འདུས་ཐོལ་ཐོལ་སྒྲོས་སྒྲོས། །གཏོར་སྒྲུང་མ་རྒྱལ་གྱི་གསོལ་མཆོད་  
དགེའོ། །

༥ ལུ་ཐེར་སྣ་གཤེན་ནོ་མཐོང་གི་རྒྱལ་པ་བཞུགས་སོ། །ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ཐུ་ ལུ་ཐེར་གསང་  
བའི་རྒྱལ་པ། ལུ་ཐེར་ལྷ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །གསང་བའི་རྒྱལ་པ་འདི་ཉམས་  
སྣ་ལོན་པར་འདོད་ན་སྟོན་འགོ་དངོས་གཞི་རྗེས་གྱི་རིམ་བའོ། །དང་པོ་སྟོན་  
འགོ་ལ། བྲག་རི་དཀར་པོ་ཤིང་ཅི་རྒྱས་པའམ། མཆོ་གཉན་གྱི་འགམ་དུ་  
འགོ་ལ། ཆབ་གཏོར་གསེར་སྒྲེམས་བཏང་ཞིང་། གཞི་བདག་ལྷ་ཁྲུ་བརྟན་མ་  
མཆོད། སྒྲིང་གོགས་བཅོལ་བའི་སྟན་གསལ་གསོལ། དེ་ནི་སྟོན་འགོའི་རིམ་  
བའོ། །གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ནི། བཀྲ་ཤིས་པའི་ས་ལ་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱུམ་པོ་  
འདབ་བརྒྱད་གོང་རས་བཅས་པ་ལ། ལྷ་བ་ཐེར་ལ་འདབ་བརྒྱད་དཀར། གོང་  
རས་དམར། ལྷ་ལྷུང་སྟོ། དེ་ལ་གཡུང་དྲུང་ར་བས་བསྐྱར། སྒྲུང་དཀར་ཉི་ཤུ་  
ཅུ་བརྒྱད་གྱིས་བསྐྱར། མདའ་བྱ་ཚོད་མ་གཅིག་ལ་དར་སྣ་ལྷ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་བལ་

ཚོན་སྒྲུབ་པ་བྲག་པ། དར་དཀར་པོ་ཁ་གང་ལ་ཐུ་མེར་གྱི་སྒྲུབ་པ་ནི། དབུས་  
 ཐུ་མུ་ཐུ་མེར་མེར་པོ་དར་དཀར་ཉི་ཟླ་རིས་གསོལ་བ། གཡས་ཐུ་ཐིག་གཡོན་  
 མེ་ལོང་བསྐྱམས་པ་གཅིག་གི། གཡས་ཐུ་དཀྱིལ་ཐུ་མེར་དཀར་པོ་ནི། རྩོན་  
 པོ་འཇའ་ཚོན་རལ་ཀ་གྱོན་པ། གཡས་ཐུ་ཐིག་གཡོན་ཐུ་བྱུག་བསྐྱམས་པ་གི།  
 གཡོན་དུ་ཤེལ་ཐུ་མེར་དཀར་པོ་ནི། དར་དཀར་རལ་ཀ་གསོལ་བ། གཡས་  
 ཅིས་བྱང་དང་གཡོན་ཐུ་ཐིག་བསྐྱམས་པ་གིས། ལྷམ་གསུམ་རྩོན་མོ་དར་དཀར་  
 གོ་བུ་ཅན་གཡས་གསུམ་མེ་ལོང་། གཡོན་གསུམ་བུམ་པ་བསྐྱམས་པ་གི། ཀྱན་  
 གྱང་བཞེངས་སྒྲུབ་གི། དེ་མདའ་ཡི་མགུལ་དུ་བྲག་ བ་མང་། ཐུ་བྱུག་ བྱང་  
 བྱང་གི་སྒྲིང་དང་རྒྱལ་མཚན་དབུལ་དཀར་མེ་ལོང་ལྷགས་ཐུ་དཀར་པོ་བྲག་པ།  
 དེ་དཀྱིལ་ལམོར་དབུས་ཐུ་འཇུག་ མཚོད་རྩལ་འབྱས་ལྷེ་མ་ལ་གཡུ་ཉི་བཅ།  
 འབྲང་རྒྱས་མར་གྱི་གཡུང་དྲུང་ཅན། གཡས་གཡུག་ར་གསུམ། བྱ་དང་རི་དྲགས་  
 སྒྲ་ཚོགས་གྱི་གཟུགས་བྱས་ལ་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོད་དུ་བཤམ། གཡང་མོ་ལུག་གི་  
 སྒྲོད་ཤས་བརྒྱན། གཡུ་ཉི་སྒྲང་ཆང་རྒྱན་ཆང་གིས་བཅ། དཀྱིལ་ལམོར་དབུས་  
 ཐུ་བཞག་ དུས་གསུམ་བསང་བ། དུག་ལྷུང་བ། དམུ་མོད་བ། ཚན་ཐུས་བ།  
 བག་གས་བསྒྲད། མཚམས་བསྐྱམ། དག་བཅད། མི་ལ་གསང་། དེན་ས་ཉིང་  
 འཛོན་རིམ་བཅི། བདག་ཐུ་མེར་དུ་བསྒྲོམ། དཀྱིལ་ལམོར་འཇའ་ཚོན་སྒྲུབ་ལྷེ་  
 གུར་དུ་བསྒྲེད། དེའི་ནང་དུ་ཐུ་མེར་མཚེད་གསུམ་དང་ལྷམ་གསུམ་གིས་སྒྲུ་  
 བཞིན་དུ་བསྒྲེད། ལམོར་སྒྲན་བཅ་བརྒྱད་ཐུག་ན་མེ་ལོང་སྒྲོན་ཞིང་གིང་ཐུ་

བཀྲོལ་བར་བསམ། གནས་ནས་སྤྱོད་དངས་ལ་བརྟེན། བདག་ལ་ཡོན་ཏན་  
ཐམས་ཅད་དང་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་མཛོན་ཤེས་སྟོན་པར་བསམ། སྤྱིད་པོས་རྒྱུད་  
བསྐྱལ་སྤྲུགས་གྱི་འོད་ཟེར་ཐུགས་ཀ་ནས་འཕྲོས། མདུན་གྱི་ལྷ་ལ་ཐོག་པས་  
བདག་ལ་ས་འོག་གི་གཏེར་རྒྱུས་སྟོན་པར་བསམ། དེ་ནས་སྤྱིད་པོ་འདི་སྤྱོད་པ་  
བཅད་ལ་བསྐྱེད། ལྷོ་ཏེ་རྒྱུངས་སོ་ལམ་གསལ་ཁོད་དོ་འདུ། སྤྱིད་བཟུངས་  
པས། ཉི་ལྗེ་ཤར་དང་སྟོན་མེ་འདེགས། ཁེ་ཏོག་བཏུ་དང་ཞལ་ཟས་སྟེར། །  
དྲི་བཟང་སྤྱོད་རྒྱུས་དྲི་བོ་འོང། དེ་ནས་བསྟོད་དེ་འདི་སྤྱོད་དོ། ། གཤམ་  
སྤྱོད་འོད་གྱི་གཞལ་ཡས་གྱི། འཇའ་ཆོན་འོད་གྱི་སྒོ་བྱང་ནས། སྤྱི་ཐེང་གསང་  
བའི་ལྷ་ཆོགས་བཞེངས། སྤྱི་བྱེད་སྤྱི་ཐེང་རྒྱལ་པོ་ནི། གཤམ་གྱི་མི་བོ་དར་  
དགར་རལ་ཀ་ལུས་ལ་གྱེན། གཤམ་ན་དུང་གི་རྩ་ཐིག་བསྐྱམས། བཟང་པོ་  
སྟོན་ཡོན་གཤེན་ལ་སྟོན། གཤམ་ན་དུལ་གྱི་མེ་འོང་བསྐྱམས། སྤྱི་ཐེང་  
ཐམས་ཅད་ས་ལེར་གསལ། བདག་ལ་སྤྱིད་ཐེང་ཡོན་ཏན་སྟོན། དཀྱིལ་ཆེན་  
སྤྱི་ཐེང་དགར་པོ་ནི། སྟོན་པོ་གཞལ་ཆོན་རལ་ཀ་གསོལ། ཐུག་ན་སྤྱིད་  
སྟོན་མེ་འོན། སྤྱིད་ཐེང་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་སྟོན། ཤེལ་ཆེན་སྤྱི་ཐེང་  
དགར་པོ་ནི། དུང་མདངས་དར་དགར་རལ་ཀ་གྱེན། ཕྱིས་བྱེད་རྩ་ཐིག་ཐུག་  
ན་བསྐྱམས། སྟོན་ཡོན་ཀུན་གྱི་དྲང་ཤན་བྱེས། ལྷམ་མོ་བཟང་བྱེད་གསལ་  
མཛོད་གསུམ། སྟོན་མོ་དར་དགར་གོས་སྤྱོད། མེ་འོང་སུམ་པ་ཐུག་ན་  
བསྐྱམས། རྫོགས་པ་དངོས་སྤྱོད་བདག་ལ་སྟོན། འཁོར་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟུང་

གྱིས་བསྐྱོར། རྒྱ་བྱེད་ཕུ་མ་དཔལ་ད་ཚུར་བྱོན། །འཕོད་ཟས་མང་པོ་བདག་ལ་  
 ཡོད། རྒྱ་བྱེད་ཕུ་མ་དཔལ་བྱོན་ཅམ་ན། །གཞུང་ཚོན་འོད་ཟེར་ཐིབས་སེ་ཐིབ། །  
 རིན་ཆེན་རྒྱུ་ཆ་སི་ལི་ལི། །ཁ་སྒྲིང་སྒྲུག་སྒྲིང་གྱུ་རུ་བྱ། །དཔལ་དཀར་མེ་ལོང་  
 ད་ལ་ལ། རྒྱ་ལེན་བྱོ་བརྟུངས་ཁྲིགས་སེ་ཁྲིག །བདག་ལ་སྦྱང་སྦྱིད་ས་ལེར་  
 རྟོན། ཅིས་བརྗོད་ཅིང་སྒྲིང་བུའི་རྒྱ་བཏང་། །བསང་བུ། དེ་ནས་བདག་ལ་  
 བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་དང་ས་འོག་གི་གཏེར་ཡང་རྟོན། །དོས་གཞི་རྒྱུ་  
 ཐབས་ཀྱི་རིམ་པའོ། །གསུམ་པ་མཇུག་གི་རིམ་པ་ནི། རྒྱུ་པ་བཅོན་ནས་རྒྱ་  
 དང་རྟེན་ནམས་རང་གི་ལུས་ལ་བཅིང་། མཆོད་རྟེན་ཆགས་མུ་བུ། ཆགཅིག་  
 བསང་བུ། ཆགཅིག་རང་གིས་རོལ། ཆགཅིག་རྟེན་དུ་བཅང་། རྟ་བྱིན་ཡང་  
 རྒྱུ་མ་རོས་མི་བཟུང་། དུས་སུ་བསང་དང་མཆོད་པ་བུ། དེ་ནས་ལུས་དང་གི་བ་  
 མར་འགོགས། དེ་ནི་མཇུག་གི་རིམ་པའོ། །ཕུ་མེད་གསུང་གི་རྒྱུ་པ་པ་ནི། བྱ་  
 བ་སྒྲ་ལ་དངོས་གྲུབ་ལྟར། རྒྱ་ཆེན་བདག་གིས་ཕྱི་རབས་དོན་དུ། མོ་སྒྲ་དོན་  
 འདུས་པ་ཕུ་མེད་ཕུ་མ་དཔལ་རྒྱུ་པ་ཐབས་ཡང་བཅུད། མདོ་ཁམས་ལྟ་བཅོན་རྒྱལ་  
 པོ་ལ་གཏད། འདི་ནི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་འདྲ། ལས་འབྲེལ་ཅན་དང་འབྲུད་པར་  
 ཤོག རྒྱ་པ་རྩ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ལྟེ་ གསལ་སྒྲོན་བརྟན་པ་ནི།  
 རྒྱུ་པ་པ་ཐམས་ཅད་གོང་དུ་གསལ། བྱ་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་དང་རྒྱལ་མཆོན་འཛོམ་  
 ན་རབ། མ་འཛོམ་ན་དར་ལ་བྱི། དཔལ་གྱི་མེ་ལོང་མེད་ཁ་མེད། བྱེ་མར་འོལ་  
 རྟོམ་རྟེན་དུ་བཤམ། རུ་ཐིག་ལ་དིང་དིང་ཤུ་གུར་ཆེན་གཅིག་མཉུད་ལ་རྟེན་

དུ་བཤམ། ཡང་ན་དིང་དིང་ཅོག་ཁ་གཅིག་མདུད་ལ་བརྟེན་དུ་བཀོད། མྱོང་  
དུ་དར་དཀར་ཉི་མ་རིས་ཀྱི་གྲུང་ཐུབ། མཐོལ་ཡས་ནལ་མ་དང་ཡུག་ས་ལ་  
འཛེམ། རྒྱབ་ཆེ་མི་བས་མི་བ། མཐོན་འཐབ་མི་བ། མི་རོ་མི་བཟུང་། ཐབ་  
གཞོབ་མི་བ། ཉགས་ཐམས་ཅད་གསང་ངེས་ཐུབ་པར་བ། བསྟོད་པ་དུས་  
གསུམ་ལ་བ། སྟོས་དཀར་དུད་པ་བཏང་། མཆོན་མ་ངན་ན་ཡི་དམ་བསྟེན་པ་  
བཟུ། ཡིད་ཀྱི་ལ་སྟོ་ཐེམ་ཞབས་སུ་མནན། དེ་ཡིས་དངོས་གྲུབ་རྒྱུར་རོ། །ཡུ་  
ཡ་ཡག་ཐོ། རྒྱ་རྒྱ་གནད་ཀྱི་གདམས་པ་ནི་གོང་གི་ཉགས་བྱུང་ནས་གཞུང་  
བསྟེན་དགུ་པ་ལ་ཤམ་ཐུབ་ཐུབ་འདི་བཏགས། ཟུམ་མ་མིང་མིང་ཁོལ་  
ཁོལ་ལ་ཐུ་ཅ་ཏ་ར་བདག་ལ་ཐོབ། དེར་བྱིའུ་རྒྱུད་གཡུ་ཡི་ཟུར་ཐུད་ཅན་དང་  
ཐུད་མེད་རྒྱན་བཟང་གིས་བར་སྒྲུང་ནས་བདག་ལ་སྒྲུབ་འཕམ་རྒྱུའ་ཁང་དུ་སྒྲུ་  
བཟང་ངན་སྟོག་པ་དང་། སྒྲིང་ཐུའི་སྒྲུ་བསྒྲགས་པ་སྟོན་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་  
མཐོང་བ་མེད་པར་སྒྲུང་སྒྲུང་བསྒྲག་པ་འོང་། དེ་ནས་གོང་མ་གཉིས་ལ་བཅུ་  
དགུ་པའི་ཡབ་སྐུགས་འདི་བཏགས་པ་སྟོང་བཟུ། ཇོ་རི་མ་མ་སྟོན་སྟོན་པ་  
གསུམ་གྱི་མངོན་ཤེས་སྟོན་སི་རི་སི་རི་མི་གོ་སྟོན། དེ་བཟུམས་པས་སྟོན་ཡོན་  
བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་བཀག་པ་མེད་པར་སྟོན་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་མེད། དྲི་བཟང་ཆེ་  
ཡི་ཡི་འོང་། དེ་ནས་འབྱུ་བཅུ་གཅིག་པ་འདི་བཏགས་ལ་བཟུ། མིང་མིང་ཐོབ་  
ཐོབ། སྒྲུང་སྟོན་ས་ལེར་སྟོན། སྤྱི་འདུ། དེས་ནི་སྒྲུང་སྟོན་སྟོན་ཡོན་སྒྲུ་ཆོགས་  
དང་། དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་སྟོན་པར་འགྱུར། རྒྱ་བར་སྟོན་ཡོན་



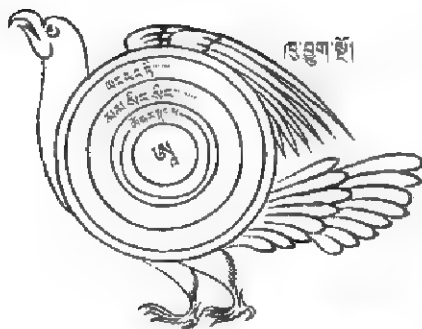
སྒྲོ་བར་ངེས། འདི་ནི་གནད་གྱི་གདམས་པའོ། །ཨུ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ རུ་ཐིག་འདི་  
 རྒྱ་བར་འདོད་ན། རྒྱ་གསལ་མཐོང་མ་རྒྱུ་ལ་བརྟུག་སུམ་པ་འདི་བདག་སྐྱེ། ཡང་  
 ཡང་ཉེ་རྒྱུ་པ། མ་རྒྱུ་པ་རྒྱུ་པ་རྒྱུ་པ་ཉི་མ་ལྟོ་རྒྱུ་པ། ཞེས་སྒྲོང་བརྒྱ་སྐྱེ། རུ་ཐིག་  
 ལ་ཨ་ཁད་ཅི་མ་མཐུད་ལ་བསང་བྱ་བའི་ནང་དུ་བརྒྱུ་པ་རོ། །བསྟོད་པ་བྱ། དེ་  
 བས་རྒྱ་མཚོ་ཡང་བསྟོར་ལུས་སོ། །རྒྱུད་ཆ་ལ་ཐོག་སྐྱེ་གང་ཚོ་ལ་དེའི་མིང་བས་  
 བརྟེན། འབྲུལ་གྱི་རུ་ཐིག་ཁྱོད་བདག་གི་ཅི་འདོད་དྲོངས་ཤིག་ ཅེས་བརྟེན་  
 བས་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་བརྒྱུ་བས་བས་འོང། དེ་ནི་རྒྱུ་པ་བའི་རིམ་པའོ། །  
 ཨུ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ། བདག་རྒྱུ་པ་ལ་ཞུགས་པའི་དུས་སྐུ། ཡིད་མི་དག་འཁྱོས་  
 འདོད། གནས་རྒྱུ་པ་བས་འདི་གསལ་པར་གྱུར་ན། གྲོ་ཤོག་ལ་ཡི་རྒྱ་ཐིག་ལ་རྒྱ་གསལ་  
 འདིས་བསྟོར། རྒྱུ་པ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་འབྲུང་པོ་ཉི་ལྟོ་ན། རྒྱ་གསལ་ཡི་  
 དམ་མཐ་ཕུ་མེད་གྱི་བསྟེན་པའི་གམ་ལ་བདག་སྐྱེ། ཉི་ལྟོ་རྒྱ་ཡ་གཞོད་བྱེད་  
 ཉི་མ་ན། ཅེས་བརྒྱ་ཅམ་བརྟེན་ལ་སྒྲོ་ཐིག་ཞབས་སུ་མཐོང་། དེས་ཅི་བསམ་  
 འབྲུལ་པོ། །ཕུ་མེད་དཀར་པོའི་རྒྱུ་པ་པའ། འདི་མེད་གཞན་གྱིས་ལུག་པ་རྒྱུད་།  
 ཐུ་གསལ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ། ཁོར་དུ་རྒྱུ་པ་ན་རྒྱ་གསལ་འདི་གོང་མ་ལ་བདག་སྐྱེ། རུ་ཐིག་  
 ཉི་མ་ལ་དུང་ཕུ་རྒྱ་ལྟོ་འདྲ། རྒྱ་ཐིག་འབྲུ་སྒྲོ་ཚོགས་ཆད། ལུག་པོའི་ཁོར་ལུག་  
 རྒྱ་ཅིད་དགོས། རྒྱུ་པ་ཐོན་བས་མེ་ལོང་རྒྱ་ཐིག་མཚན་ཁུང་གཞོན་དུ་བདག་སྐྱེ།  
 རྒྱ་གཞན་མ་བང་མཛོད་ནང་དུ་སྐྱེ། དེ་ནི་ཁོར་རྒྱུ་པ་གྱི་རིམ་པའོ། །ཨུ་ཡ་  
 གསལ་སྒྲོན་ལག་ལེན་འདི། བྱི་རབས་ལས་འཕྲོ་ཅན་དང་འཕྲུད་པར་ཤོག།

[illegible]

གཞུང་གིས་ཤེས་པ་ལ། །མན་ངན་ཟུར་ཙམ་བསྟན་པ་ནི། །འི་རྒྱ་གོང་བཞིན་  
 གིས། སྤྱིང་གར་ཏི་བཞི་གིས་ལ་སྐྱུགས་འདིས་བསྟོར། ཏི་ར་སྐྱུམ་སྒྲ་ཏིང་  
 གསང་བའི་སྒྲུབ་པ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་བསེ་རག་སྟོ་ཏིང་ནན། མ་ཏ་དེའི་ཤམ་  
 ཏུ་བཏགས་ལ་བསྟོར། བདག་ཉིད་ཡི་དམ་ཏུ་བསྟོར། ཐུགས་ལས་འོད་ཟེར་  
 སྟོས་ལ་བསྟེམ། ཐུན་རྫས་མཚོན་ཆར་བསམས་ལ་བྲལ། མཚོད་རྟེན་སྟོ་ཐེམ།  
 ཡང་ན་སྒྲུབ་པར་ཐག་ཏུ་མནན། ཟུང་པར་ཏུ་འདི་གལ་ཆེ། འདི་བྱས་བར་ཆད་  
 མེད་པར་འབྱུར། ལྷ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ། འདི་ཅིས་ལ་མེད་དོ། ལྷ་ཡ། ཐག་རིང་ལ་  
 མི་མནན། མགོ་མཚུག་བར་གཙང་ཁྱིགས་སེ་འདུག་གོ། །མཛུ་ལོ། །

འཁོར་ལོའི་གནད་ཡིག་ནི། དར་རས་རྒྱ་ཤོག་གར་རུང་གཙང་མ་ལ། སྐྱུན་སྐྱ་  
 གསུམ་བྱུག་ལ་བྱི། ལྷ་ཟུང་རིམ་པ་བཞི་རུ་བསྟོར། དབུས་སུ་ཞོར་བུའི་ཁང་  
 སེང་རུ་ཞི་ལ་རང་མིང་གིས་བསྟོར། ཞོར་བུའི་ལྷེ་བར་ཨ་གསུམ་རེ་བྱི། དེ་རྒྱུབ་  
 ལྷ་ཟུང་ལ་ཨོ་ཏ་ར་ཞེས་སོགས་བྱི། མ་མ་སིང་སིང་ཞེས་སོགས་བྱི། དེ་རྒྱུབ་  
 ལྷ་ཟུང་ལ། ཡང་ཡང་ཏི་སོགས་བྱི། འདོད་གསོལ་མཐའ་བསྒྱུར་ཤེས་པར་བྱ།  
 སྤྱིར་གཞུགས་བསྟན་གསུམ་ནི། ལུ་བྱུག་སྟོ། ལུང་ལུང་དགར། རང་གྲོ་བོའོ།  
 འཁོར་ལོའི་ཞལ་ཤེས་འདི་གཞན་ལ་མ་བསྟན། ལྷ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ། མཛུ་ལོ།

# ཀུན་མཁུན་མི་ཡམ་རྒྱུ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།



༥༠༥། །ཕྱུ་གཤེན་འཕྲུལ་གྱི་རུ་ཕྱིག་གི། །ཁ་ཀ་འཕྲུང་ནག་ལ་ཁྲག་འི་ཡང་།



༥༠༦། །འཕྲུལ་མཐུད་གཤེན་གྱི་ཚོན་མཐོང་གྱི། །གཤེན་ལྷུང་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱོལ་འཛེ།



ཡི་གཉི་བྱ་རྩ་རྒྱལ་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འབྲས་  
བགོ་མས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ཁབ་སློ་འདོན་པ།    རྩལ་ཁྲིམས་སློ་ཁྲོམ།    ཆོས་དབྱེངས་ཉིམ།  
གཙོ་སྤྱི་ག་པ།    གང་བསམ་ལྟན་གྲུབ།    སློན་ལམ་རྒྱ་མཚོ།  
གཞུང་ལས་དོ་དམ་པ།    ཆོས་ཀྱི་ཉིམ།    བོད་འབྲས།  
ཁུ་དག་པ།    རབ་ལྡན།    ཞོ་བཙོད།  
ཡིག་སྤྱི་ག་པ།    ཤུ་རིགས་རྣམ་རྒྱལ།    ཞོ་རྒྱུན་ཕྱིན་ལས།  
ཕྱི་སོག་མཛེས་བཀོད་པ།    ཡིག་སྤྱི་ག་ཆོ་རྒྱུད།

༥ རབ་འབྱུངས་རྒྱལ་པའི་སྤྱི་གཞུག་མེ་ཡམ་རྩེ། ཟུང་རྒྱལ་ཁུང་རྟོགས་པ་རྟན་པའི་མངའ་བདག་ཆེ།

ཁྱད་པར་བླ་མེད་མ་འཁྱུར་པ་རྟན་པ་དག་པོར། མཉམ་མེད་མེ་ཡམ་རྒྱལ་མཚོར་གྲུས་པས་འདུད།

སྤྱི་གཞུག་འགྲོ་བའི་མགོན་པ་ཅིག་ཡིད་པ་ཞིན་ནོར། ཞལ་གསུང་མེ་ཡམ་མགོན་པོའི་མཚན་ཐོས་ཀྱིས།

དགོས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆབ་བསལ་བཞིན་ཡང་ཡང་བཟླས། རྒྱལ་ལུང་སྤྱོད་པོའི་ཚོགས་སུ་ལེགས་སྤྱོད་སྤྱོད།

དཔར་བརྒྱན་པ་གྱིས་པའི་ལྷ་མ་དག་ར་དག་པ་དང། འདི་ཚོན་རྒྱལ་གསུམ་པས་ག་པའི་དགོ་ཚོགས་ཀྱིས།

མཐའ་ཡས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པའི། སྤྱི་བས་གཉིས་སྤྱར་བྱང་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་རྩོགས་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི། མེ་རྟོག་རང་ལ་མོག་པའི་ལྷ་རྒྱལ། རིགས་དང་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་མཚོའི་བྱུང་བ་དག

པ་ག་འདྲིན་མཚུངས་མེད་བླ་མ་ཡིད་པ་ཞིན་ནོར་བུའི་ཞབས་རྟེན་སྤྱོད་པར་བྱངས་ཏེ། ལྷ་ག་པས་མ་བློམ་དག་ར་

པོ་རྒྱུད་ལ་བཅངས་ནས་ཀུན་མཁྱེན་མེ་ཡམ་རྒྱལ་མཚོའི་གསུང་འབྱུང་དཔར་བརྒྱན་ཞུས་པ་འདིས་འཛམ་གླིང་གོ་

ལའི་རྒྱུད་འདིར་འཚོ་མེད་ཞི་བའི་ལས་སྟོན་རྒྱལ་འདྲེན་ཤུ་བྱུ་བའི་བརྒྱན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མོའི་རྒྱུད་བལྟར་

རྒྱས་ཤིང། འདི་ལ་མཐོང་ཐོས་ལ་སོགས་འབྲེལ་ཐོག་སྤྱོད་པོ་ཀུན་གྱིས།

བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱན་ཐུག་མཁས་པ་ཚུན་པ་བྱང་ཐུག་ལྷ་སྟོན་སྟོན་ཐུག་སོག། ལེགས་ཐུག་མཁའ་ལྟར་མཉམ་པའི་

སྟོན་འདུན་བཅས་ལུལ་རྩུབས་བླ་མ་ཀུན་པ་བྱང་གཞན་པར་སྟོ་གྲོས་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་འམ་རྩུལ་ཁྱིམས་

མཐར་ཐྱིན་ནས་པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷ་གས་རྟོག་པོའི་བྱུང་དཔར་ལྷ་ལས་བབ་པའི་ཚོས་བཟང་

ལ་འཛམ་གླིང་གར་ཐོག་མཚོ་གླིང་གླེ་མན་ནས་སྤྱོད་པ་དགོའོ། ། སམ་མདྲ་ལོ། །

ཐུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྤྱོད་རུ་འབུལ་རྒྱལ་ས། ཚོར་རྒྱར་མེ་ཚོག་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ། །

བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་འདི་དག་གིས།

སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་བརྒྱན་པ་དང་།

དྲིན་ཅན་བཞི་པོར་ཡར་ལུལ་ཞིང་།

ངན་སོང་སྤྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

གང་གིས་དེ་དག་མཐོང་ཐོས་ནས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པ་དང་།

ཆེ་འདིར་ཆོས་ལ་རབ་བརྩེན་ནས།

ཕྱི་མར་དག་ཞིང་སྐྱེ་བར་བསྐྱོའོ། །

། རྣམ་དཀར་འདི་ཡིས་མཐའ་གྲས་ཞིང་ཀུན་གྱི། །  
 རྣོད་བཅུད་འབྱོར་བ་ལུང་དུ་བྱུང་བ་དང་། །  
 བཀའ་དྲིན་ཞིང་མཆོག་བཞི་ཡི་དྲི་ལན་འཁོར། །  
 ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་ནམ་ཡང་མི་ལྷུང་ཞིང་། །  
 འདི་ལ་ཐོས་སོགས་བགྱིད་པའི་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན། །  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་ཤེས་སྤྱད་བརྒྱན། །  
 འདི་སྣང་འགགས་ཆོ་དག་པའི་ཞིང་བཟང་དུ། །  
 བརྩས་ཏེ་སྦྱིས་ནས་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་སོག། །  
 ཅེས་བ་འདི་ཡང་བར་སྐྱོན་གྱི་བྱ་བཞག་འདིར་འགོ་གོན་  
 གཏོང་མཁན་དང་། ལེགས་བཤད་འདི་ཉིད་འཛིན་འཆང་  
 གྲོག་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་བསྡེའི་སྦྱོན་ཆོག་ཏུ་བྲིས་པའོ། །

སཏྲ་མཁྱེ་ལ། །

ཨོ་ནམ་ཨམི་དུ་སྤྱུལ།

། སྤར་འགོམ་དང་མཐུན་འཇུག་སྦྱོར་མཁན།  
 ཐུའི་ཕན་ནང་པའི་ཤེས་ཡོན་བདེ་ཅུ་ལྟན་ཆོགས།  
 ཕྱག་དེབ་འདི་བཞིན་རིན་མེད་དུ་འགོམ་སྤེལ་བྱེད་པ་ལས་ཆོང་བསྐྱར་བྱེད་མི་ཆོག།  
 སྤར་སྐྱོན་བྱེད་ལུང་ཐུའི་ཕན།



*“Wherever the Buddha’s teachings have flourished,  
either in cities or countrysides,  
people would gain inconceivable benefits.  
The land and people would be enveloped in peace.  
The sun and moon will shine clear and bright.  
Wind and rain would appear accordingly,  
and there will be no disasters.  
Nations would be prosperous  
and there would be no use for soldiers or weapons.  
People would abide by morality and accord with laws.  
They would be courteous and humble,  
and everyone would be content without injustices.  
There would be no thefts or violence.  
The strong would not dominate the weak  
and everyone would get their fair share.”*

~ THE BUDDHA SPEAKS OF  
THE INFINITE LIFE SUTRA OF  
ADORNMENT, PURITY, EQUALITY  
AND ENLIGHTENMENT OF  
THE MAHAYANA SCHOOL~



# DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn the Buddhas' Pure Lands,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

**NAMO AMITABHA**

**南無阿彌陀佛**

《藏文：米滂仁波切文集 第二十五冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

འཇུག་པོ་འདི་ཚེས་སྤྱི་ནུ་འབུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོང་བསྐྱར་མི་ཚོགས་པ་དགོངས་འཇགས་ལྟ།

3000 copies; January 2011

**TI575**



**TI575**